T. 4591

வர்ம சூத்திரம்

பதிப்பாசிரியர்
செ. ஜான் செல்வராஜ்

உலகத் தமிழாராய்ச்சி நிறுவனம்
டி. டி. டி. ஐ., தரமணி, சென்னை-600 113

BIBLIOGRAPHICAL DATA

Title of the book	Varma Cuuttiram
Editor	S. John Selvaraj
Publisher	International Institute of Tamil Studies, Madras-600 113
Publication number	99
Language	Tamil
Edition	First
Date of Publication	Sep. 1984
Paper used	14.2 kg. D/Demy White Printing
Size of the book	21 x 14 cms.
Printing type	10 pt.
Number of Copies	2200
Number of pages	vi + 183
Price	Rupees Ten only
Printer	Meipporul Achakam, Ayanavaram.
Binding	Pulp board
Artist	Velusamy
Subject	Art of 'Varma'

உலகத் தமிழாராய்ச்சி நிறுவனம்

டி. டி. டி. ஐ. அஞ்சல், தரமணி, சென்னை-600 113.

டாக்டர் ச. வே. சுப்பிரமணியன்
இயக்குநர்

1—9—84

முன்னுரை

உலகத் தமிழாராய்ச்சி நிறுவனம் சுவடியியல் பயிற்சியைத் தொடங்கி ஏறத்தாழ நான்கு ஆண்டுகள் ஆகின்றன. அதன் காரண மாக அச்சில் வெளிவராத பல சுவடிகள் வெளியிடப்பட்டு வருகின் றன. இதுவரை உலக வெளிச்சத்திற்குச் சுவடிகளிலிருந்து 20 நூல்களுக்கு மேல் நிறுவனம் கொணர்ந்துள்ளது. அதில் சிறப்பாகக் குறிப்பிடத்தக்கன 'சித்த வைத்திய நூல்கள்.'

'கண் மருத்துவம்' என்ற 852 பக்கங்கள் உடைய நூல் முதலில் வெளிவந்தது. இதுவரை கண் மருத்துவம் பற்றித் தமிழில் இது போன்று ஒரு நூல் வந்ததில்லை. அடுத்து அந்த வரிசையில் 'கருவூரார் பலதிரட்டு' என்ற நூலும், அண்மையில் 'தன்வந்திரி குழந்தை வாகடம்' என்ற நூலும் வெளிவந்துள்ளன. இவை அனைத்தும் சுவடிப்பயிற்சி மாணாக்கரால் சுவடிகளை நுணுகி நோக்கி ஆய்ந்து பதிப்பித்து வெளிக்கொணரப்பட்டது. இந்த வரிசையில் இப்போது 'வர்ம சூத்திரம்' என்ற நூல் வெளிவருகிறது.

மனிதர்களின் நாடி நரம்புகளைப் பற்றிய மிகத் தெளிவான அறிவினை இந்த நூல் தருகிறது. இதுபோன்று வர்மம் பற்றிப் பல ஏடுகள் கிடைக்கின்றன. இன்னும் பல நூல்கள் வர்மம் பற்றி அச்சில் வந்தால் ஆய்வுக்கு வழி வகுக்கும்.

இதை நன்முறையில் நுணுகி ஆய்ந்து உருவாக்கித் தந்த சுவடிப் பயிற்சியாளர் திரு. ஜான் செல்வராஜ் அவர்களைப் பாராட்டுகிறேன்.

இந்த நூல் முழுவதையும் ஒப்பிட்டுப் பார்த்து வேண்டும் திருத்தங்களைச் செய்து அச்சுப் படிவங்களைத் திருத்தித் தந்த திரு. மு. இ. அகமது மரைக்காயர் அவர்களுக்கு எங்கள் வாழ்த்து.

உரிய காலத்தில் அச்சிட்டுத் தந்த மெய்ப்பொருள் அச்சகத் தார்க்கு எங்கள் நன்றி.

உலகத் தமிழாராய்ச்சி நிறுவன அனைத்துச் செயல்களுக்கும் ஆக்கமும், ஊக்கமும் தருகின்ற கல்வி அமைச்சர் மாண்புமிகு செ. அரங்கநாயகம் அவர்களுக்கு எங்கள் நன்றி என்றும் உரித்தாகுக.

ச. வே. சுப்பிரமணியன்

நன்றியுரை

உலகத் தமிழ் ஆராய்ச்சி நிறுவனத்தின்கண் சுவடியியல் என்ற சுவடிப் பயிற்சி வகுப்பை ஏற்படுத்தி, அழியும் நிலையில் இருக்கின்ற சுவடிகளை அச்சில் கொணர ஊக்கம் அளித்த தமிழ்நாடு அரசுக்கு நன்றி கூறக் கடமைப்பட்டுள்ளேன். சுவடியியல் பயிற்சி வகுப்பில் என்னையும் ஒருவனாகத் தேர்வு செய்து, சுவடி ஆய்வுக்கு ஊக்க மூட்டிய உலகத் தமிழ் ஆராய்ச்சி நிறுவன இயக்குநர் திருமிகு டாக்டர் ச. வே. சுப்பிரமணியம் அவர்களுக்கு என் நன்றியைக் கூறிக் கொள்கிறேன்.

எனது சுவடி ஆய்வுக்குரிய ஏடான 'வர்ம சூத்திரம்' என்ற ஏட்டினையும், அதனோடு தொடர்புடைய பிற ஏடுகளையும் கொடுத்துதவிய சென்னை, கீழ்த்திசைச் சுவடி நூலகக் காப்பாளர் திரு. பாஸ்கரன் அவர்களுக்கும் எனது நன்றி.

எனக்குக் கிடைத்த 'வர்ம சூத்திரம்' என்ற சுவடியின் வேறொரு பிரதியினை எனக்கு அளித்து உதவி, எனக்கு ஊக்க மூட்டிய திருமிகு டாக்டர் ஏ. என். பெருமாள் அவர்களுக்கும் என் நன்றி.

சுவடியியல் வகுப்பு ஆசிரியர்களான திரு. பூ. சுப்பிரமணியம், டாக்டர் க. த. திருநாவுக்கரசு, திரு. மு. கோ. இராமன், திரு. வே. இரா. மாதவன், திரு. த. அழகப்பராசு ஆகியோர் எனது சுவடி யியல் பயிற்சிக்கு நன்கு ஊக்கமளித்தனர். இவர்களுக்கு நான் என்றும் நன்றியுடையவனாக இருப்பேன்.

வடமொழியில் வர்ம சம்பந்தமான செய்திகளை அறிய 'அஸ்டாங்க இருதயம்' என்ற நூலை எனக்கு நல்கியவரும், உலகத் தமிழ் ஆராய்ச்சி நிறுவனத்திற்கு 57 சுவடிகளைக் கொடுத்து உதவியவருமான அருமை ஐயா பியாரு ராம் பிரசாத், மந்தை வெளிப்பாக்கம், அவர்களுக்கும், 'வர்ம சூத்திர' பிரதி ஒன்றைக் கொடுத்து உதவிய ஜெ. அருள்சிங் அவர்களுக்கும் நன்றி.

எனது வர்ம சம்பந்தமான கேள்விகளுக்கெல்லாம் விடையளித்த வர்ம வைத்தியர்களான திருவாளர்கள் எஸ். பெஞ்சமின், சேனாப்பள்ளி; எஸ். ஆசீர்வாதம், தென்தாமரைக்குளம்; றி. முத்து நாடார், செட்டிக்குளம்; தங்கசாமி ஆசான், கன்னங்குளம்; ரா. ஞானக்கண், கன்னங்குளம்; ம. குருசாமி, தண்டையார்பேட்டை ஆகியோர்க்கும் என்றும் நன்றி கூறக் கடமைப்பட்டுள்ளேன்.

செ. ஜான் செல்வராஜ்

பொருளடக்கம்

முன்னுரை	iii
நன்றியுரை	iv
பதிப்புரை	1
வர்ம சூத்திரம்	63
வர்ம சூத்திரச் சுவடியிலுள்ள மருந்துப் பகுதி	90
வாக்படர் கூறும் வர்மானியச் செய்திகள்	97
வர்மானிய மருந்து சம்பந்தமான விளக்கங்கள்	104
விளக்க உரை	114
மருந்துகள் பற்றிய விளக்க உரை	127
அருஞ்சொற்கள் வரிசை	171
பாடல் முதற்குறிப்புச் சொல்வரிசை	180
துணை நின்ற நூற்கள்	182

பதிப்புரை

ஏட்டுப் பிரதிகளிலேயே புதைந்து கிடக்கின்ற, கிடைத்தற்கரிய நூற்களையெல்லாம் உலகுக்கு வெளிப்படுத்த வேண்டும் என்ற சீரிய நோக்குடன், தமிழக அரசு செய்துவரும் பணி சிறப்புடையது. இப்பணியினைச் செய்யும் வாய்ப்பு எனக்குக் கிடைத்தபோது, நான் சிறு வயது முதலே அறியவேண்டும், ஆராயவேண்டும் என்று எண்ணி வந்த வர்மக் கலையினைப் பற்றிய சுவடிகள் சென்னைக் கீழ்த்திசைச் சுவடி நூலகத்தில் இருந்ததைக் கண்ணுற்று மிக மகிழ்ந்தேன். வர்ம சம்பந்தமான 'வர்ம சூத்திரம்' என்ற நூலை எடுத்து, பல வைத்தியர்களைக் கண்டு, எழுந்த சந்தேகங்களுக்கு ஒருவாறு தீர்வு கண்டு இந்நூலைப் படைத்துள்ளேன்.

'வர்மம்' சம்பந்தமான சுவடிகள்

சென்னைக் கீழ்த்திசைச் சுவடி நூலகத்தின் கண்ணே, வர்ம வைத்தியம், வர்ம சூத்திரம், வர்ம பீரங்கி, வர்ம கண்டி சாத்திரம், வர்ம பீரங்கி திறவுகோல் ஆகிய வர்மம் பற்றிய செய்திகளைக் கூறும் சுவடிகள் உள்ளன. மேலும் வர்மத்தில் அடிபட்டு, எலும்பு முறிவு, சதை முறிவு ஏற்பட்டால் அவற்றைக் கட்டிப் பொருத்தும் 'ஒடிவு முறிவு சாரி' என்ற சுவடியும் உள்ளது. எனக்குக் கிடைத்த குறுகிய நாட்களில், எனது ஆய்வுக்குரிய ஏடான 'வர்ம சூத்திரம்' தவிர ஏனைய சுவடிகளையும் ஒருவாறு படித்து என் சிற்றறிவுக்கு எட்டிய செய்திகளைக் கொடுத்துள்ளேன்.

இவை தவிர ஒடிவு முறிவு சாரி 1200, வர்மக் கண்ணாடி முதலான பல ஏட்டுச் சுவடிகள் குமரி மாவட்டத்தில் ஏராளமாக வர்ம வைத்தியர்களிடம் காணப்படுகின்றன. இவையனைத்தையும் சேகரித்து இக்கலையை நன்கு ஆழமாக ஆராய்ந்து சிறந்ததொரு நூலாக வெளியிட்டால், தமிழகத்தில் இலைமறை காயாக இருந்து வந்த இந்தக் கலை சிறப்படையும்; அதோடு தமிழர்களின் நுட்ப மான அறிவும் புலப்படும்.

வர்ம சூத்திர நூலமைப்பு

'வர்ம சூத்திரம்' என்ற ஓலைச் சுவடியானது சென்னைக் கீழ்த்திசைச் சுவடி நூலகத்தில் R. 2829 என்ற எண்ணில் உள்ளது. இந்தச் சுவடிக் கட்டில் மொத்தம் 56 ஓலைகள் (112 பக்கம்) உள்ளன. சுவடியின் நீளம் 26.3 செ.மீ அளவுடையது. சுவடியின் அகலம் 2.8 செ.மீ அளவுடையது. சுவடியின் இரு பக்கங்களிலும் எழுதப்பட்டுள்ளது. ஓலையின் இடது ஓரத்திலும், வலது ஓரத்திலும் சிறிது இடைவெளி விடப்பட்டு எழுதப்பட்டுள்ளது. ஓலையின் எண்கள் ஒவ்வொரு ஓலையின் இடது பக்கத்திலும் எழுதப்பட்டுள்ளன. முதல் ஏட்டில் இந்தச் சுவடியைப் பிரதி செய்தவரின் பெயர் எழுதப்பட்டுள்ளது. என்சையன் P. ஆசீர்வாதம், நன்றாக என்ற வாசகமே, முதல் ஏட்டிலுள்ள வாசகமாகும். 'வர்ம பீரங்கி' என்ற சுவடியின் முதல் பக்கத்தில் ப. ஆசீர்வாதம் படித்து வருகின்ற வர்ம சாஸ்திர ஏடு என எழுதப்பட்டுள்ளது. இதன் இறுதிப் பக்கத்தில் Enough P. Asirvathem என எழுதப்பட்டுள்ளது.

ஒவ்வொரு வரியிலும், 35 எழுத்துக்களுக்குக் குறையாமலும், 40 எழுத்துக்களுக்குக் கூடாமலும் காணப்படுகின்றன. சுவடியின் பல ஓலைகள் செல்லரித்துக் காணப்படுகின்றன. சுவடியில் மொத்தம் 101 பாடல்கள் காணப்படுகின்றன. முதல் செய்யுள் காப்புப் பாடலாகக் காணப்படுகிறது. இரண்டாம் செய்யுள் முதல், ஐந்தாம் செய்யுள் வரை, நூலைப் பெறத் தகுதி உள்ளவர்கள், தகுதியற்றவர்கள் ஆகியோரைப் பற்றிக் கூறப்பட்டுள்ளது. ஆறாவது பாடலில் இருந்து, 95-வது பாடல் வரை படுவர்மம், தொடுவர்மம், மெய்தீண்டாக்காலம், வெற்றி என்ற பச்சிலை ஆகிய வற்றைப் பற்றியும், வர்ம அடி கொண்டவர்களை இளக்கித் தூக்கும் முறை பற்றியும் கூறப்பட்டுள்ளது. 96-வது பாடல் முதல், 101-வது பாடல் வரை, வர்மத்தால் ஏற்படும் நோய்களைப் போக்கும் 'வர்மானிக் குளிகை' செய்யும் விதம் கூறப்பட்டுள்ளது.

தடைக்கற்கள் தகர்ந்தமை

'வர்ம சூத்திரம்' என்ற சுவடியை எடுத்து ஆரம்பத்தில் படிக்கத் தொடங்கியபோது, முதல் 5 பாடல்களும் மிகச் சிதைந்து காணப்பட்டன. அதன் பிறகு உள்ள பாடல்களும் இடையிடையே சிதைந்து, படிப்பதற்கு மிகக் கடினமாகக் காணப்பட்டன. இதைக் கண்டு நான் மனம் சோர்ந்தேன். இந்த வர்ம சம்பந்தமான சுவடியைத் தவிர்த்து, வேறு ஏதாவது சுவடியை எடுத்துப் பதிப்பிக்கலாம் என எண்ணினேன். ஆனால் எதிர்பாராவிதமாகப்

பேராசிரியர் டாக்டர் ஏ. என். பெருமாள் அவர்கள், தாம் பிரதி செய்து வைத்திருந்த 'வர்ம சூத்திர' பிரதி ஒன்றினை என்னிடம் கொடுத்தார்கள். இந்தப் பிரதியை ஒப்பிட்டு நூலகச் சுவடியைப் பிரதியெடுக்கலாம் என்ற நம்பிக்கை, என் மனச் சோர்வைத் தகர்த்தது. இதுமட்டுமின்றிக் குமரி மாவட்டம் மூலச்சல் என்ற இடத்தைச் சேர்ந்த ஜெ. அருள்சிங் என்பவர், பிரதி எடுக்கப்பட்ட வர்ம சூத்திரம் நூலொன்றை எனக்கு அளித்தார். ஒரே பொருள் பற்றி மூன்று பிரதிகள் கிடைத்ததைக் குறித்து மகிழ்ச்சி அடைந்தேன். மூன்றையும் ஒப்பிட்டுச் சரியான சொற்கள் எனக் கணிக்கப்பட்ட சொற்களை மூலத்திலும், பொருத்தமற்றதாகத் தோன்றிய சொற்களைப் பாட வேறுபாட்டிலும் கொடுத்துள்ளேன்.

சுவடி எழுதப்பட்ட காலம்

சென்னைக் கீழ்த்திசைச் சுவடி நூலகத்தில் கிடைத்த சுவடியில் அச்சுவடி எழுதப்பட்ட காலம் 'கூ' நவம்பர் 1915' என்று குறிக்கப்பட்டிருந்தது. 1915ஆம் வருடம் நவம்பர் மாதம் 9ஆம் தேதி எழுதி முடிக்கப்பட்டிருக்கலாம் என்பது இதிலிருந்து தெரிகிறது. 20ஆம் நூற்றாண்டு ஆரம்பத்தில் இச்சுவடி பிரதி செய்யப்பட்டு உள்ளமையால், ஏராளமான பாடல்கள் மிகுதியான பாட வேறுபாடுடனும், குறைபாடல்களுடனும் காணப்படுகின்றன.

வட்டார வழக்கு

சென்னைக் கீழ்த்திசைச் சுவடி நூலகத்தில் இருந்து கிடைத்த சுவடி குமரி மாவட்டத்தைச் சேர்ந்தது. ஆகையினால், குமரி மாவட்ட வழக்குச் சொற்களே பாடலில் அதிகமாக இடம் பெற்றுள்ளன. குமரி மாவட்டத்தில் 'ர' கரத்திற்குப் பதில் 'ற' கரமே பேச்சு மொழியில் அதிகமாகப் பயன்படுத்தப்படுகிறது. எனவே 'வர்மம்' என்ற சொல்லை 'வற்மம்' என்றே எழுதியுள்ளனர். இதுபோன்று அக்கரு, அமுக்கரு என்ற சொற்களிலும் 'ர'கரத்திற்குப் பதில் 'ற' கரத்தைப் பயன்படுத்தி உள்ளனர். தொலங்குகின்ற, கிளர்ச்சியாய், சாமியரிசி, ரண்டும், வறச்சை, மொசுமொசுக்கை போன்ற பல குமரி மாவட்டப் பேச்சு மொழிச் சொற்களையே பயன்படுத்தியுள்ளனர். சில சொற்களைத் தற்கால வழக்கத்திற்கு ஏற்ப மாற்றியுள்ளேன். குமரி மாவட்டத்தில் அரிசியை அரி என்றே வழங்கி வருகின்றனர். மருந்துப் பகுதி ஒன்பதில், இந்த வழக்குச் சொல் (அரி) காணப்படுகிறது. இவற்றை விளக்கப் பகுதியில் மாற்றம் செய்துள்ளேன்.

'செவி' என்ற சொல் பயன்படுத்தப்பட்டுள்ள முறை

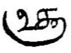
கேள்வி உணர்வுடையது செவியாகும். விழிகளுக்குப் பார்வை உணர்ச்சியே உரித்தானது. ஆனால் இந்த வர்ம சூத்திரச் சுவடியில் ''விழியிரண்டுங் கேளாது'' என ஒரு சில இடங்களில் பயன்படுத்தப்பட்டுள்ளது. இதனை மூலத்தில் இருப்பது போன்றே பயன்படுத்தி உள்ளேன். அவற்றின் பொருளை ஓர்ந்து உணர்ந்து கொள்க. இங்கு வர்ம சூத்திர ஆசிரியர் செவியையே, விழி என்று குறிப்பிடுகிறார்.

சுவடியில் உள்ள குறியீடுகள்

இந்தச் சுவடியைப் பிரதி செய்தவர், தாம் மட்டும் புரிந்து கொண்டால் போதும் என்ற நோக்கத்துடன் தான் பிரதி செய்துள்ளார் என்பது இதைப் படித்ததும் புரிகிறது. எவ்வாறெனில் பல பாடல்களில் சொற்களுக்குப் பதில் குறியீடு எழுத்துக்கள் எழுதப்பட்டுள்ளன. சான்றாக 9-வது பாடலில்,

''நாழிகை தான் மூணேமுக்கால்''

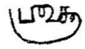
என்ற வரியில் மூணேமுக்கால் என்பதை 'ஙளு' என எழுதப் பட்டுள்ளது. மேலும் மருந்துப் பகுதியில் களஞ்சு என்பதைக் குறிக்க

என்ற குறியீடும் : வகைக்கு என்பதைக் குறிக்க 

என்ற குறியீடும் குறிக்கப்பட்டுள்ளன. 32 ஆம் பாட்டில் மந்திரம் ஓதுவதுபற்றி விளக்கப்பட்டுள்ளது. இப்பாடலில்,

''நங்மங் சிங் மென்று நலமாக ஓதே''

எனக் கூறப்பட்டுள்ளது. இந்தப் பாடலில் உள்ள குறியீட்டின் பொருள் சரியாக விளங்கவில்லை என்ற போதிலும் 'ஓராயிரம்' என்ற பொருளுடையதாக இருக்க வேண்டும், எனக் கருதுகின்றேன். ஏனெனில் ஓராயிரம் தடவை மந்த்ரம் ஓதுதல் வேண்டும் என மந்திர நூற்கள் கூறுகின்றன. இக்குறியீட்டிலுள்ள

அடையாளம் 1000 என்ற எண்ணைக் குறிக்கும். அதனோடு இணைந்த குறியீடு முழுமையும்  ஓராயிரம் என குறிக்கலாம் என்பது எனது கருதுகோள். மேற்குறிப்பிட்ட குறியீடுகளையெல்லாம் நீக்கி, பதிப்பில் அதன் பொருளை மட்டுமே குறித்துள்ளேன்.

எழுத்து வடிவம்

'க்கு', 'த்து', 'ச்சு' போன்ற இரு எழுத்துக்கள் ஒரே எழுத்தாக (கூட்டெழுத்தாக) ஏட்டில் எழுதப்பட்டிருந்தது. 'க்கு' என்பது 'ரு' என்ற வடிவத்தில் எழுதப்பட்டிருந்தது. கு, இ ஆகிய இரண்டு எழுத்துக்களும் ஒரே வடிவத்தில்தான் எழுதப் பட்டிருந்தது. அவற்றைச் சொற்களின் அமைப்பை வைத்துத்தான் கணக்கிட முடிந்தது. இவற்றை எல்லாம் மாற்றி அமைத்துள்ளேன்.

பாடல் யாப்பு

'வர்ம சூத்திர' நூலின் பாடல்கள் எண்சீர் விருத்தப்பாவால் ஆக்கப்பட்டுள்ளன. இரண்டுசீர் காய்ச்சீர், இரண்டு சீர் மாச்சீர், இரண்டு சீர் காய்ச்சீர், இரண்டு சீர் மாச்சீர் என்ற அமைப்பில் இந்த எண்சீர் விருத்தப் பாடல்கள் காணப்படுகின்றன. ஆனால் சில பாடல்களில் மாச்சீர் வருமிடங்களில் காய்ச்சீர் வந்துள்ளது.

எடுத்துக்காட்டு

''நாழிகைதான் மூணேமுக்கால் இளக்குமுறைக் கூறக்கேளு''
—வர்ம சூத்திர பாடல் எண்.9

இந்த வகைத் தவறு, சில அடிகளில் மட்டுமே வந்துள்ளது. பெரும்பாலான பாடல்கள் யாப்புச் சிதைவு சிறிதும் இன்றி அமைந்துள்ளன. வர்ம சூத்திரப் பாடல்கள், அனைத்தும் அந்தாதி பாடலாக அமைக்கப்பட்டுள்ளன. பெரும்பாலான பாடல்கள் சீர் அந்தாதியாகவே காணப்படுகின்றன.

வரிகள் அமைப்பும், மிகை, குறை பாடல்களும்

'வர்ம சூத்திரம்' சுவடியின் ஒவ்வொரு பக்கத்திலும்

5 வரிகளுக்குக் குறையாமலும், 8 வரிகளுக்கு அதிகப்படாமலும் எழுதப்பட்டிருந்தது. வரிகள் உரைநடை போன்று தொடர்ந்து எழுதப்பட்டிருந்தது. ஆனால் ஒவ்வொரு பாடலும் முடிந்த பிறகு அடுத்த பாடலின் எண் போடப்பட்டிருந்தது. பாடல் எண்கள் மூன்று பிரதியிலும் வேறுபாட்டுடன் காணப்பட்டன. ஏட்டுச் சுவடியில் '9' என்ற எண் கொடுக்கப்பட்ட பாடல் எண்ணானது, இன்னொரு பிரதியில் '8' எனக் கொடுக்கப்பட்டிருந்தது. காரணம் பிரதிகள் மூன்றிலும் சில பாடல்கள் விடுபட்டிருந்தன. ஆனால்ஒரு பிரதியில் இல்லாத பாடல், அடுத்த பிரதியில் காணப்பட்டது. இதனால் முழுப் பாடல் வரிகளும் கிடைக்காத நிலை ஏற்படவில்லை என்றபோதிலும் மூன்று பிரதிகளிலுமே சில வரிகள் விடுபட்டு இருந்தன. சான்றாக வர்ம சூத்திரம் 18 ஆம் பாடலில் இருசீர் மட்டுமே குறைந்து காணப்படுகிறது. மேலும் 79, 83, 84, 99 ஆகிய எண்கள் உள்ள பாடல்களில் 4 சீர்கள் குறைந்து காணப்படுகின்றன. 5ஆம் பாடலில் ஒரு வரி குறைந்து காணப்படுகிறது. 4, 89 ஆகிய எண்கள் உள்ள பாடல்களில் இரு வரிகள் குறைந்து காணப்படுகின்றன. மேலும் 4அடிகள் கொண்ட எண்சீர் விருத்தப்பாக்களுக்குப்பதில் 5,6 அடிகள் கொண்ட சில எண்சீர் விருத்தப்பாக்களும் காணப்படுகின்றன. 30, 70 ஆகிய எண்கள் உள்ள பாடல் அடிகளில் 5 அடிகள் காணப்படு கின்றன. 9 என்ற எண் உள்ள பாடலில் 6 அடிகள் காணப் படுகிறது.

வர்ம சூத்திரம் வைப்பு முறை

இந்நூலாசிரியர், இந்நூலை அமைத்துள்ள முறை பாராட்டிற் குரியது. நூலின் ஆரம்பத்தில் காப்புப் பாடலை அமைத்துள்ளார். அதனை அடுத்து இந்நூலினைப் பெறத் தகுதியுள்ளவர்கள் யாவர், தகுதியற்றவர் யாவர் என்பதை வரையறை செய்கின்றார். அதன்பிறகு வர்மம் சம்பந்தமாகப் படுவர்மம், தொடுவர்மம், மெய் தீண்டாக் காலம், வெற்றி என்ற பச்சிலை ஆகியவற்றைக் கூறப் போவதாகத் தொகுத்துக் கூறுகின்றார். அதன்பிறகு படுவர்மம், தொடுவர்மம், மெய்த்ண்டாக் காலம், வெற்றி என்ற பச்சிலை ஆகிய செய்திகளை விவரித்துக் கூறுகின்றார். அதன்பிறகு, தான் கூறியுள்ளவை அத்தனையும் உண்மையானவை என உறுதியளிக் கின்றார். அதன்பிறகு வர்மத்தினைப் போக்கும் வர்மக் குளிகை யினைக் கூறி வர்ம சூத்திரப் பாடல்கள் நூறினையும் (காப்புடன் 101) முடிக்கின்றார். அதன்பின்னர் உரைநடையிலும், பாடல் நடையிலும் வர்ம நோய்களைப் போக்கும் சூரணம்,

கசாயம், தைலம், நெய், எண்ணெய் ஆகியவற்றைக் கூறி, நூலை முழுமையாக்கியுள்ளார். இவ்வாறு தொகுத்துக் கூறி, பின் விரித்துக் கூறி முறையாகச் செல்வது சிறப்புடையதாகும்.

நூலில் உள்ள செய்திகள்

இவர் படுவர்மம் ஒவ்வொன்றுக்கும் தெளிவான பெயர்களைக் குறிப்பிட்டு, அவை அமைந்துள்ள இடங்களையும் துல்லியமாகக் குறிப்பிட்டு, அவற்றில் அடிபட்டால் ஏற்படும் அபாயங்களையும், வர்மத்தில் அடிபட்டவர்களை இளக்குமுறை செய்து பாதுகாக்க வேண்டிய குறிப்பிட்ட நேரத்தையும் மிகத் துல்லியமாகக் கூறிச் செல்கின்றார். ஆனால் தொடுவர்மம் பற்றிக் கூறும்போது, தொடு வர்மம் 96 என்று தொகுத்துக் கூறியுள்ளாரே தவிர, அவற்றை விரித்து அவை ஒவ்வொன்றின் பெயரையும் கூறவில்லை. எந்தெந்த இடத்தில் தொடு வர்மங்கள் உள்ளன என மேலோட்ட மாகவே கூறுகின்றார். இந்நூலாசிரியர் தொகையாக 96 தொடு வர்மங்கள் என்று கூறியபோதிலும், அவற்றை விரிவாகப் பேசும் போது 70-க்கும் குறைவான தொடுவர்மங்கள் பற்றியே பேசிச் செல் கின்றார். இவ்வாறு தொடுவர்மம் பற்றி விளக்கமாகக் கூறாமைக் கும் காரணம் உண்டு. எவ்வாறெனில் இவரது மற்றொரு நூலான ‘வர்ம பீரங்கி’ என்ற நூலில் இவ்வர்மங்கள் ஒவ்வொன்றின் பெயரையும் அவை காணப்படும் இடங்களையும் விளக்கமாகக் கூறி யுள்ளார். எனவேதான் ‘கூறியது கூறல் குற்றமாகும்’ என்ற அடிப்படையில் தனது வர்ம சூத்திர நூலில் தொடுவர்மப் பகுதி களில் அடிபட்டால் ஏற்படும் அபாயங்களையும், அவற்றைப் போக்கும் விதத்தையும் கூறிச் செல்கிறார்.

ஒடிவு முறிவுகள்

வர்ம சூத்திர நூலில் வர்மத் தாக்குதலினால் ஒடிவு முறிவுகள் ஏற்பட்டால், அதற்குச் சிகிச்சை அளிக்கும் முறை, சிறிதளவிலேயே கூறப்படுகின்றது. இதனை விரிவாக ‘ஒடிவு முறிவு சாரி’ என்ற, இதே ஆசிரியர் எழுதிய நூல் கூறுகின்றது. இந்நூல் ஏட்டு நிலையிலே உள்ளது. இந்நூலையும் வெளிக்கொணர்ந்து, ஒடிந்த எலும்புகளை ஒழுங்குபடுத்தும் விதத்தை ஆராய்ந்து, நூலாக வெளியிட்டால் நன்மை உண்டாகும்.

வடநூலார் கண்ட வர்மானியம்

வடநாட்டு வைத்திய ஆசிரியரான வாக்படர் எழுதியுள்ள வர்மம் பற்றிய செய்திகளையும் குறிப்பிட்டுள்ளேன். ஏனெனில்,

நம் தமிழக அறிஞர்கள் கண்ட இந்தக் கலையில் இருந்து, அவர்கள் கூறும் இக்கலை எத்தன்மையில் மாறுபட்டுக் காணப்படுகிறது என்பதைப் புரிந்து கொள்ளவே அதனைச் சேர்த்தேன். வடநாட்டு ஆசிரியர்கள், ஒருவாறு வர்மம் காணப்படுகின்ற, இடத்தைப் பற்றி மட்டுமே கூறிச் செல்கின்றார்களே தவிர, அவற்றைப் போக்கும் வழி முறைகளைக் கூறிச் செல்லவில்லை. அபாயங்களை நிவர்த்தி செய்யும் வழிமுறைகள் தமிழ்ச் சுவடிகளில் மிகத் தெளிவாக விளக்கப் பட்டுள்ளன. இதில் தமிழரின் பெருமை தனித்து நிற்பதைக் காணலாம்.

வர்மச் செய்தி வேறுபடுகின்ற தன்மை

வர்மம் பற்றிய செய்திகள் சுவடிக்குச் சுவடி வேறுபடுகின்றது. 'வர்ம சூத்திரம்' என்ற நூலில் கூறப்படுகின்ற படுவர்மம் பற்றிய செய்திகளுக்கும், படுவர்ம திரட்டு என்றவொரு நூலில் கூறப் பட்டுள்ள படுவர்மம் பற்றிய செய்திகளுக்கும் மிகுந்த வேறுபாடுகள் உள்ளன. இரண்டு நூல்களிலும் படுவர்மங்கள் தொகையாகப் பன்னிரண்டு என்றே கூறப்பட்டுள்ளன. ஆனால் வர்ம சூத்திரத் தில் கூறப்பட்டுள்ள படுவர்ம செய்திகள், படுவர்ம திரட்டு நூலில் கூறப்படவில்லை என்றே கூறலாம். 'திலர்தகாலம்' என்ற படு வர்மம் ஒன்று மட்டுமே இவ்விரு நூற்களிலும், கூறப்பட்டுள்ளது. ஏனைய 'படுவர்மங்கள்' என்று, படுவர்ம திரட்டு என்ற நூல் குறிப்பிடுபவை, வர்ம சூத்திர நூலில் தொடுவர்மப் பகுதிகளாகக் கூறப்பட்டுள்ளன. படுவர்மம் பற்றிய செய்தி இவ்விரு நூற்களிலும் முரண்பாடாக அமைந்துள்ளமைக்கும் காரணம் உண்டு. அது எவ்வாறெனில் படுவர்ம திரட்டு என்ற நூல் கூறுகின்ற படுவர்மப் பெயர்கள் பெரும்பாலும் வட சொற்களால் (உருத்திர வர்மம், அரி வர்மம், பிரம்ம வர்மம், வருண வர்மம், லிங்க வர்மம்) காணப் படுகின்றன. இந்தப் படுவர்ம திரட்டு என்ற நூல் மிகப் பிற்காலத் தில் எழுதப்பட்டிருக்க வேண்டும். எனவேதான் இந்த வேறு பாடுகள் காணப்படுகின்றன.

மெய் தீண்டாக் காலம்

இந்நூலின்கண் (வர்ம சூத்திரம்) மெய்தீண்டாக் காலம் என்றொரு வர்மம் கூறப்பட்டுள்ளது. இவ்வர்மம் மனித உடலைத் தீண்டாமலேயே, எதிரியைப் பார்வையினால் வீழ்த்தும் ஒருவிதக் கலையாகும். இக்கலை இன்று மெஸ்மெரிசம் என்று அழைக்கப் படுகிறது. இன்று அழைக்கப்படுகின்ற மெஸ்மெரிசம் என்ற கலை

தமிழகத்தில் முன்பே இருந்துள்ளது என்பது விளங்குகிறது. இன்னும் தமிழர் கண்ட கலைகள் எத்தனையோ, வெளிக்கொணரப் படாமல் சுவடிகளுக்குள்ளேயே புதைந்து கிடக்கின்றன. இந்தச் சுவடிகளையெல்லாம் ஆராய்ந்து வெளிக்கொணருவோமானால் தமிழர்களின் புதைந்து கிடக்கின்ற ஆற்றலை வெளிக்கொணரு கின்றோம் என்ற பெருமை, தமிழர்களாகிய நம்மைச் சாரும். இதனால் தமிழன் உலகுக்கு முன்னோடி என்பதையும் நிலைநாட்ட முடியும்.

மருந்துப் பகுதி பற்றிய செய்திகள்

எனக்குக் கிடைத்த மூன்று பிரதிகளில், இரு பிரதிகளில் 101 பாடல்களும் மாற்றமின்றிக் காணப்படுகின்றன. மூன்றாவது பிரதியில் கடைசி மூன்று பாடல்கள் மாறுபட்டுக் காணப்படுகின்றன. அது மட்டுமின்றி இப்பிரதியில் மருந்துச் செய்திகள் ஒன்றும் குறிப்பிடப் படவில்லை. ஏனைய இரு பிரதிகளிலும் மருந்துச் செய்திகள் கூறப்பட்டுள்ளன. ஆனால் இரு பிரதிகளும் கூறுகின்ற மருந்துச் செய்திகள் வெவ்வேறானவை. ஒருபிரதி (டாக்டர் ஏ.என். பெருமாள் அவர்கள் கொடுத்த பிரதி) வர்ம நோய்களைக் குண மாக்கும் வெவ்வேறு விதமான மருந்துகள் செய்முறைகளைக் கூறுகின்றது. மற்றொரு பிரதி (சென்னைக் கீழ்த்திசைச் சுவடி நூலகத்தில் கிடைத்த பிரதி) உரைநடையிலும், ஒன்றிரண்டு பாடல் வடிவிலும் மருந்துச் செய்திகளைக் கூறுகின்றது. இரண்டு பிரதிகளிலும், கூறப்படும் மருந்துகளின் செய்முறைகள் ஒன்றுபோல் இல்லை. நான் சென்னைக் கீழ்த்திசைச் சுவடி நூலகத்தில் எடுத்த, ஓலைச் சுவடியையே மூலமாகக் கொண்டு, இந்த ஆய்வுக் கட்டுரையை எழுதுவதால், நூலகத்தில் கிடைத்த சுவடியில் கூறப் பட்டிருந்த மருந்துச் செய்தியையே இந்த ஆய்வுக் கட்டுரையில் விளக்கியுள்ளேன். ஆனால் இந்த மருந்துப் பகுதி மூல ஆசிரியரால் எழுதப்பட்டிருக்காது எனத் தெரிகிறது. 18ஆம் நூற்றாண்டில் தோன்றிய 'ஆனந்தக் களிப்பு' வகைச் செய்யுளில், வல்லாரை நெய் செய்யும் விதம் கூறப்பட்டுள்ளது. எனவே, பின்னால் பிரதி செய்தவர்கள் இதனை இணைத்திருக்கலாம் என்பது தெரிகிறது. வர்ம சூத்திர மற்றொரு பிரதியில் காணப்பட்ட மருந்துச் செய்தி களே, மூல ஆசிரியர் எழுதியதாக இருக்கும் எனக் கருதுகிறேன்.

வர்ம சூத்திர நூலாசிரியர் பற்றிய செய்தி

சென்னைக் கீழ்த்திசைச் சுவடி நூலகத்தில் இருந்து கிடைக்கப் பெற்ற 'வர்ம சூத்திரம்' என்ற வர்மாணி நூலில், ஆசிரியர் பெயர்

குறிப்பிடப்படவில்லை. இந்நூலாசிரியர் இந்த நூல் மட்டுமில்லாமல், வர்ம வைத்தியம். வர்ம பீரங்கி நூறு,வர்மத் திறவுகோல், வர்ம கண்டி சாஸ்திரம் போன்ற வர்மானிய நூற்கள் பல எழுதியுள்ளமை அவரது நூலின் வாயிலாகத் தெரிய வருகிறது. சான்றாக,

1. ''பூரணமாய்ப் பீரங்கி நூற்றுக் குள்ளே
பூட்டிவைத்தேன் வர்மத்தின் புதுமை யெல்லாம்''
—வர்மத் திறவுகோல், 16.

2 ''நாமிதுவே வெளியாகச் சொன்ன நூறும்''
—வர்ம சூத்திரம் பாடல் 5.

இவ்விரு பாடல் வரிகளும், வர்ம பீரங்கி நூல் என்ற நூலை, இந்நூலாசிரியர் படைத்துள்ளார் என்பதைத் தெரிவிக்கிறது. இவர் எழுதிய வர்ம பீரங்கி நூலில் தன்னைப் பற்றி ஓரளவு அறிமுகப் படுத்தியுள்ளார்.

''திருமுரு கனந்தன் பாதம் சென்னியி லேந்திக் கொண்டு
கருவுறு நூலை யானும் காசினி தனிலே விள்ள
பெருக நூல் சொல்ல வில்லை பேணியே இந்த நூலை
பருகியே சித்த ரெல்லாம் பார்த்தென்னை மகிழ்ந்தாரையா''

''மகிழ்ந்தென்னைப் புகழ்ந்த போது மாமலை யதனில் சென்று
அகன்றஇப் புவியின் கண்ணே யாருமே அறியவென்று
புகழ்ந்துயான் இந்த நூலைப் பூதல மெங்கும் மெய்க்க
புகழ்ந்துமாய்ப் பீரங்கி யென்று சொல்லுவான் கும்பை
யோனே''

''கும்பையோன் சொன்னபோது குணமுள்ள குமாரவேலு
அம்பற்கே யல்லால் இங்கே யாருக்கும் ஆகாதென்று
தம்பமாய்ப் பீரங்கி நூலைத் தானவர் கண்டெடுத்து
எம்பெரு மானுக்கென்று பீரங்கிநூலை எடுத்து வைத்தார்''

''வைத்ததோர் நூலைத் தானும் மாதவன் பார்த்தெடுத்து
எத்திசை யாருங்காண இந்நூல் கொடுக்கமாட்டேன்
சித்தர்கள் ஆர்க்குமல்லால் செல்லாதே கருதிமார்க்கம்
பக்தர்க் காகுமல்லால் பாவிகளுக் காகாதென்றே''
— வர்ம பீரங்கி 1-4 பாடல்கள்.

மேற்கூறிய பாடல்வரிகளில் இந்நூலாசிரியர் தான் படைத்த இந்நூலைத் தன் காலத்தில் தன்னோடு வாழ்ந்த தனது நண்பர்களான கும்பையோன், குமாரவேலு, மாதவன் போன்றவர்களிடம் காட்டியதாகவும், அவர்கள் இந்நூல் சித்தர்கள் மட்டுமே பயன்படுத்தப் படவேண்டிய நூல் எனக் கூறியதாகவும் தெரிகின்றது. இங்குக் கூறப்படுகின்ற கும்பையோன் என்பவர் கும்ப முனியாகிய அகத்தியரைக் குறிக்கும். இந்த அகத்தியர் பிற்காலத்தில் வைத்திய நூல்களைப் படைத்த பிற்கால வைத்தியர் ஆவார். திரு. மு. அருணாசலம் எழுதிய பதினாறாம் நூற்றாண்டு இலக்கிய வரலாறு மூன்றாம் பாகத்தில், பதினெட்டுச் சித்தர்கள் பற்றிக் குறிப்பிடும்போது கும்ப முனியாகிய அகத்தியர் என்று குறிப்பிட்டுள்ளார். இந்த அகத்தியரையே இவ்வர்ம சூத்திர ஆசிரியர், கும்பையோன் எனக் குறிப்பிடுகின்றார் எனக் கொள்ளலாம். மேலும், வர்ம சூத்திர நூலாசிரியர் வர்மசூத்திர நூலின்கண் அகத்தியரைப்பற்றி,

> ''அகத்தியனார் வெற்றிநூலை அறிவதரு மைதான்''
> —வர்ம சூத்திரம் பாடல்-87.

என அகத்தியனார் செய்த வெற்றி நூலைப் புகழ்ந்துள்ளார். இதிலிருந்து இவர், அகத்தியர் போன்ற சிறந்த சித்தர்களோடு வாழ்ந்த சித்தர்களுள் ஒருவர் என்பது புலனாகின்றது. இவர் ஒரு சித்தர் என்பது தெரிகின்றதே தவிர பதினெண் சித்தர்களில் ஒருவரா? என்பது சரிவரத் தெரியவில்லை.

நூலாசிரியரின் சமயம்

இந்நூலின் முதல் செய்யுளே காப்புப் பாடலாக அமைகிறது. இப்பாடலின் முதல் வரியிலேயே கணபதியைக் காப்புத் தெய்வமாக வணங்குகின்றார்.

> ''ஆதியென்ற மூலவட்டம் கணபதியே காப்பு''

என்பதே இந்நூலின் முதல் வரியாகும். மேலும் இவர், சிவபெருமானை 1, 87 ஆகிய பாடல்களில் போற்றுகின்றார். அதோடு சிவனது தேவியாகிய உமையையும் 87 வது பாடலில் சுட்டுகின்றார். இதுமட்டுமின்றி சிவ யோகிகளைப் பற்றியும் கூறிச் செல்கின்றார். சிவனை, ஆலமுண்டகண்டர், அரன், என முறையே 37, 87 ஆகிய பாடல்களில் கூறுகின்றார். சிவநெறியில் ஒழுகும் சிவ யோகிகளுக்கு வர்ம நூலை ஈதல் வேண்டும் என்று

கூறுகின்றார். மேலும் சைவத்திற்கே உரிய 'ஓம்' என்ற ஓங்கார மந்திரம், 'நமசிவாய' என்ற ஐந்தெழுத்து மந்திரம் ஆகியவற்றை உச்சரிக்க வேண்டுமென்று 7, 33 எண்கள் உள்ள பாடல்களில் கூறியுள்ளார். 33-வது பாடலில் ஐங்கோலம் வரைந்து அதில் ஐந்செழுத்து எழுதி, சூல் முனையை நாட்டி 'ஓம் சிவ சிவா' என்ற மந்திரத்தை ஜெபிக்கக் கூறியுள்ளார். வர்ம மருந்துப் பகுதி 15ஆம் எண் மருந்து விளக்கத்தில், வடிவேலன் எனச் சிவபெருமானின் மகனையும் சுட்டுகின்றார்.

இவற்றிலிருந்து இந்நூலாசிரியர் சிவநெறியில் ஒழுகி வருபவர் என்பது நன்கு புலனாகின்றது.

நூலாசிரியரின் கடவுள் பற்றும் குரு பக்தியும்

எங்கும் நிறைந்த இறைவனைப் பரம்பொருள், பரமன், பிராண நாயகன், பரிபூரணம், பராபரம், அச்சுதன், நாதன் எனப் பொதுப் பெயர்களாலும், சிவன், கணபதி, வடிவேலன் எனச் சிறப்புப் பெயர்களாலும் வணங்கி இறைப்பற்றுள்ளவர்களாக வாழவேண்டும் எனப் பிறருக்கும் போதிக்கின்றார்.

இவர் குரு வணக்கத்திற்கு மிக முக்கியத்துவம் கொடுக்கின்றார். 7, 13, 35 37, 38, 82, 88 ஆகிய பாடல்களில் குருவுக்கு வணக்கம் செலுத்துவதைக் காணலாம். இவர், குருவின் பாதத்தைப் பணிய வேண்டும் என்பதை மிக ஆழமாக வலியுறுத்துகின்றார், இதனை 37, 38 ஆகிய எண்கள் உள்ள பாடல்களில் உள்ள வரிகளில் காணலாம்.

"............... .. ... குருவின் பாதம்
கும்பிட்ட பிள்ளைக்கு குறிசொல் வாயே"

—வர்ம சூத்திரம் . 37.

"குருவின்அடி பணிந்தாக்கால் இந்நூல் வாய்க்கும்"

—வர்ம சூத்திரம்—38

மேலும் இவர் குருவிடம் சீடனாகப் பன்னிரண்டு வருடம், உண்மை, குருபக்தி, நேர்மை ஆகியவை பொருந்தியவனாக இருக்க வேண்டும் என்கிறார். அப்படிப்பட்டவர்களுக்கே இந்த வர்ம நூல் கொடுக்கப்பட வேண்டும் என்கிறார்.

சான்று :

''சீடனென்று பன்னிரண்டு வருடம் காத்தால்
அறிவான பக்தியவருக் கிருந்து தானால்
அப்பனே பொருள்வாங்கி நூலை ஈயே''
— வர்ம சூத்திரம் பாடல் எண். 3.

இதில் அறிவான குருபக்தி இருந்தால் மட்டுமே நூலைக் கொடுக்கக் கூறியுள்ளார், இதிலிருந்து இவரது குருபக்தி விளங்குகிறது,

இந்நூலாசிரியர் குரு

நூலாசிரியர் தனது குருவைப் பற்றிப் பல இடங்களில் கூறுகின்றார். போகரே இவரது குரு என்பது தெரிகிறது. போகர் தனக்கு அருள் புரிந்ததாகப் பல இடங்களில்கூறியுள்ளார். 2,41,89, ஆகிய பாடல்களிலும், மருந்துப் பகுதி 11வது பகுதியிலும், போகர் பற்றிக் கூறப்பட்டுள்ளது. இவர், இரண்டாவது பாடலில் போகரைப் பற்றிக் கூறும்போது'

''ஆதாரம் கொண்டுணர்ந்து என்னை ஆண்ட
கடாட்சமது போகருட கருணை யாலே''

என்று கூறுகின்றார். இந்த பாடல் வரிகள் போகர் இவரது குருவாக இருந்ததைத் தெரிவிக்கின்றன. 41ஆம் பாடலில்,

''போகர் சொன்ன மொழிநான் கற்றேன்''

என்கிறார். இது போகரின்கீழ் அவர் சீடனாக இருந்து கல்வி கற்றதைத் தெளிவுபடுத்துகின்றது.

ஆசிரியரின் காலம்

ஆசிரியர் போகரின் சீடன் என்பது தெளிவாகத் தெரிகிறது. போகர் வாழ்ந்த காலம் பதினாறாம் நூற்றாண்டு என்று, இலக்கிய வரலாறு (16ஆம் நூற்றாண்டு மூன்றாம் பாகம்) நூலில் திரு. மு. அருணாசலம் கூறுகின்றார். போகரின் காலம் 16ஆம் நூற்றாண்டு என்பது உண்மையானால், அவரது சீடனாக விளங்கிய இந்நூலாசிரியரின் காலமும், 16ஆம் நூற்றாண்டுதான் என்பதை நிச்சயமாகக் கூறலாம்.

வர்மக் கலையினை அழியாது காத்தலின் அவசியம்

வர்மம் என்றதும் பிறரை வீழ்த்தும் கலை என்ற எண்ணமே பலருக்கு ஏற்படுகின்றது. இது தவறு. இது மற்றவர்களை வீழ்த்தும் கலையல்ல. வீழ்ந்தவர்களை எழுப்புகின்ற மகத்துவம் நிறைந்த மருத்துவம். அடிபடக்கூடாத வர்மப் பகுதிகளில் அடிப் பட்டவுடன் சிறந்த வர்மக்கலை தெரிந்த மருத்துவர்களிடம் சென்று, வர்ம இளக்கு முறை செய்யாததினால் எத்தனையோ மனிதர்கள் கால்,கை விளங்காமல் நடைப் பிணமாக இருந்து கொண்டிருக்கிறார் கள். இந்த வர்மக் கலையினை நன்கு ஆராய்ந்து, முன்னோர் கூறி யுள்ள வர்மானி நூல்களை எல்லாம் ஒன்றுதிரட்டி, இதுபற்றிய செய்திகளை நூற்களாக மாற்றி, டாக்டர்களும் அறியும் வண்ணம் இம்மருத்துவம் போதிக்கப்பட்டால், எதிர்பாரா ஆபத்துக்களினால் வர்மப் பகுதிகளில் அடிபட்டு, தகுந்த சிகிச்சை இல்லாமல், நடைப் பிணமாகக் காணப்படுகின்ற மனிதர்களை வாழவைக்க முடியும். எனவே இந்த வர்மக் கலையினை அழியாது காத்தல் வேண்டும்.

'வர்மம்' என்ற சொல்லாய்வு

'வர்மம்' என்ற சொல்லை 'மர்மம்' என்ற சொல்லின் திரிபாகக் கொள்ளலாம். மர்மம் என்ற சொல் சூட்சம் என்ற வடசொல்லுக்கு நிகரானத் தமிழ்ச் சொல் ஆகும்.' சூட்சம்' என்ற வடசொல்லையும் வர்ம சூத்திர ஆசிரியர் வர்மம் என்பதின் மாற்றுச் சொல்லாகப் பயன் படுத்தியுள்ளார். சூட்சமான பகுதி என்பது, மர்மமானப் பகுதி என்று பொருள்படும்.அதாவது உடலில் மர்மமாக, மறைபொருளாக புதிராக காணப்படும் இடங்கள். அவ்விடங்களை மர்ம வைத்தியர் களும், அவர்களின் கீழிருந்து இக்கலையை நன்கு கற்றுணர்ந்தவர் களும் மட்டுமே அறிவர். ஏனையோர் அவவிடங்களைப்பற்றியும், அவ்விடங்களில் அடிபட்டால், ஏற்படும் அபாயங்கள் பற்றியும் அறியமுடியாதபடி மர்மமாக உள்ளதால், இதனை மர்மம் என்று பெயரிட்டு அழைத்தனர் எனக் கொள்ளலாம். இந்தச் சொல்லே காலப்போக்கில் வர்மம் என திரிபடைந்திருக்கலாம்.

ஆச்சாரிய வாக்படர் என்ற வடநாட்டு வைத்தியர் எழுதிய 'அஸ்டாங்க இருதயம்' என்ற நூலில், இந்த மர்மமான பகுதிகளைப் பற்றிய செய்திகளை, 'மர்ம விபாக சாரிரம்' என்ற அத்தியாயத்தின் கீழ் விவரித்துள்ளார். இதிலிருந்து மர்மம் என்பதே இதன் மூலச் சொல் என்பது விளங்குகிறது. இதுவே பின்னர் வர்மம் எனத் திரிந் திருக்கலாம் என நாம் எண்ண இடம் தருகிறது.

வர்மக்கலை பற்றிய விளக்கம்

வர்மக்கலை என்பது, தன்னைத் தாக்க வருகின்ற எதிரி களிடம், தன்னைப் பாதுகாத்துக் கொள்வதற்காக, எதிரிகளின் மர்மப் பகுதிகளில் அடித்தோ, தட்டியோ, தொட்டோ, வீழ்த்த, சிறந்த குருவிடம் (ஆசான்)பயிலுகின்ற ஒரு கலையாகும். இக்கலை யின் முக்கியமான நோக்கம், ஆபத்தான சமயங்களில் தங்களைப் பாதுகாப்பதற்காகக் கற்பதே ஆகும். இக்கலையைப் பயின்றபின் தன்னை பெரியவனென்று கூறிக்கொண்டு மற்றவர்களை அழிப்பது இக்கலையின் நோக்கமல்ல. இவ்வர்மக்கலையைப் பயில்பவர்கள், வர்மக்கலையை நன்குணர்ந்த வர்ம ஆசான்களிடம் பல வருடம் தங்கி இருந்து, அடிபட்டால் மயங்கும் இடங்களை, மிக நுண்ணிய தாகக் கற்கவேண்டும். அவற்றைக் கற்பதோடு மட்டுமில்லாமல், அடிபட்டுக் கீழே விழுந்தவர்களை, வர்ம அடங்கல் உள்ள பகுதி களில் தட்டி எழுப்பும் முறையையும், நன்கு கற்க வேண்டும். எதிரியை வீழ்த்தும் முறையையும், வீழ்ந்த எதிரியை எழுப்பும் முறையையும், முறையாகக் கற்றவனே, வர்மக்கலையை நன்கு பயின்றவன் எனக் கொள்ளலாம்.

வர்மக்கலை பயின்றவர் கடைபிடிக்க வேண்டியவை

வர்மக்கலையினை, வ ர் ம ஆசான்மார்கள், அனைவருக்கும் கற்றுக் கொடுக்கமாட்டார்கள். கா ர ண ம், கொடியவர்கள் இக் கலையை ஆக்க வழியில் பயன்படுத்தாமல், அழிவு வழியில் பயன் படுத்துவார்கள். எனவே, இக்கலையைப் பயில்பவர்கள் சில நெறி முறைகளைக் கடைப்பிடிக்க வேண்டியது மிகவும் இன்றியமையாத தாகும். இக்கலையைப் பயில்பவர்கள், அறிவான புத்தியுடையவர் களாக இருத்தல் வேண்டும். சி வ நெ றி யி ல் ஒழுகுபவர்களாக இருக்க வேண்டும். வர்ம ஆசான்களிடம், பன்னிரண்டு வருடம் சீடனாக இருந்து, குருபக்தியுடையவராக இருத்தல் வேண்டும். எதிரி தாக்க வந்தாலும், தன்னால் இயன்ற அளவு பின்வாங்கிச் செல்பவராக இருத்தல் வேண்டும். தனக்கு உயிராபத்து ஏற்படும் சமயத்தில் மட்டுமல்லாமல், ஏனைய சமயங்களில் பகைவனைத் தாக்கமாட்டேன் என்று, குருவிடம் சத்தியம் செய்து கொடுக்க வேண்டும். தன் உயிரைக் காக்க, பிறருக்கு இக்கலையைப் பயன் படுத்தி ஆபத்து ஏற்படுத்தினாலும், அடிபட்டு மயங்கிக் கிடக் கின்ற எதிரியின்பால் அன்பு பூண்டு, அ வ ரை எழுப்பிவிடும் கருணையுள்ளம் படைத்தவராக இருத்தல் வேண்டும். இத்தகைய குணங்கள் உடையவர்களே இக்கலையைப் பயிலத் தகுதியுடைய

வர்கள். இத்தகுதிகள் இன்றி, பிறரிடம் சண்டைக்காகக் கச்சைக் கட்டி மூரிபோல் திரிபவர்களுக்கு இக்கலையைக் கற்பிக்கக்கூடாது.

வர்மக்கலை வழங்கும் இடங்கள்

இந்த வர்மக்கலையானது இன்று,தென் கேரளப் பகுதிகளிலும், குமரி மாவட்டத்திலும் அழியாமல் காணப்படுகின்றது. இந்த இடங்களைத் தவிர, திருநெல்வேலி, இராமநாதபுரம் மாவட்டங்களிலும், இக்கலை, இருந்து காலப் போக்கில் அழிந்துள்ளது. குமரி மாவட்ட ஒவ்வொரு ஊரிலும், ஏராளமான வர்ம ஆசான்கள் இருந்து, இக்கலையை அழியாமல் பாதுகாத்து வருகின்றனர். இங்குள்ள வர்ம வைத்தியர்களில் பெரும்பாலோர், வர்மக்கலையினைக் கற்பவர்கள், நல்லவர்களா? தீயவர்களா? என்பதை நன்கு அறிந்த பின்னரே கற்றுக்கொடுக்கின்றனர். வர்ம சம்பந்தமான ஏட்டுச் சுவடிகளில் காணப்படுகின்ற ஒவ்வொரு பாடல் வரிகளும், இத்தகு ஆசான்மார்களின் இதயப் பலகையில் உள்ளன.

வர்மத்தின் மறுபெயர்கள், அவற்றின் விளக்கம்

'வர்மம்' என்ற சொல்லுக்கு நிகராக, காலம், அடக்கம், சூட்சம், வன்மம், ஏமம் என்ற பல சொற்கள் வழங்கப்படுகின்றன. 'காலன்' என்ற சொல் காலம் எனக் கடைப்போலியாக திரிந்து வழங்குகிறது, என வர்ம ஆசான்மார் கூறுகின்றனர். அதாவது, மர்மப் பகுதிகளில் அடிபடுதல், காலனை (கூற்றுவனை) அழைப்பதற்குச் சமம் என்பதால் இப்பெயர் பெற்றது என்பர். இதற்கு மேலும் ஒரு விளக்கம் கூறலாம். அதாவது அடிபட்ட ஒருவனை, குறிப்பிட்ட காலத்திற்குள் (நேரம்) எழுப்பாவிடில் மரணம் நிச்சயம் ஆதலால், காலம் தாழ்த்தாது, இளக்குமுறை செய்தல் அவசியம். எனவே இதற்குக் காலம் என்ற பெயர் வழங்கியது எனக் கொள்ளலாம்.

'அடக்கம்' என்ற சொல், மர்மப் பகுதிகள் அடங்கி இருக்கும் பகுதி, என்ற பொருளுடையதால், வர்மத்தின் மறுபெயராக அடக்கம் என்ற சொல்லும் வழங்கப்படுகிறது.

'சூட்சம்' என்ற சொல், உடலின் சூட்சமமானப் பகுதி எனப் பொருள் படுவதால், இச்சொல்லும், வர்மத்தின் மறுபெயராக வழங்கப்படுகிறது.

'வன்மம்' என்பது வலிந்து தாக்குதல் என்ற பொருள்படும். சுவடு முறைவைத்து, மர்மப் பகுதிகளில் தாக்கும் கலையான தால், இக்கலைக்கு வன்மம் என்றொரு பெயரும் உள்ளது.

'ஏமம்' என்ற சொல், பாதுகாப்பு என்ற பொருள்படும். பகைவரிடமிருந்து தன்னைப் பாதுகாத்துக் கொள்ள இவ்வர்மக்கலை பயன்படுவதால், இக்கலைக்கு ஏமம் என்றொரு பெயரும் காணப் படுகின்றது.

வர்மக்கலை எங்கும் பரவாத காரணம்

தாங்கள் கற்றுத் தேர்ந்த கலைகளை, மற்றவர்களும், ஐயமறக் கற்றுத் தெளிதல் அவசியம் என்ற நோக்கம், படிப்படியாக தமிழர்கள் உள்ளத்தில் இருந்து அகன்று விட்டது என்றே கூறலாம். தாம் கற்ற கலைகளை, மற்றவர்களுக்குப் பயிற்றுவிக்கும் பண்பாளர்கள் தமிழகத்தில் இல்லை என்பது இதன் பொருளல்ல. கற்ற கலையினை, நல்லவற்றினைச் செய்யப் பயன்படுத்துவதற்குப் பதில், தீயவற்றினைச் செய்ய மனிதர்கள் துணிந்து விட்டால், யாருக்குத்தான் இத்தகு கலைகளைப் பிறருக்குக் கற்றுக் கொடுக்கத் துணிவு வரும்? இது மட்டுமல்லாமல் தனக்குக் கற்றுத்தந்த ஆசானையே எதிர்க்கத் துணிந்து விடுகின் றார்கள். இதனால், வர்மக்கலையைக் கற்றுத் தேர்ந்த ஒவ்வொரு ஆசான்மார்களும், முழுக்கலையையும் பிறருக்குக் கற்றுக் கொடுக் காமல், முக்கியமான சில வர்மானியக் கலைகளைத் தமக்குப் பாதுகாப்பாக வைத்துக் கொண்டு, ஏனையவற்றையே பிறருக்குக் கற்றுக் கொடுக்கின்றனர். காலப்போக்கில், சிறிது சிறிதாக இக் கலைகள் முழுவதுமே அழிந்து போக இத்தன்மை வழிவகுக்கிறது.

ஆக்க வேலைகளுக்காகக் கண்டுபிடிக்கப்பட்ட அணுசக்தி, அழிவு வேலைகளுக்குப் பயன்படுத்தப்படும்போது, அதனைக் கண்டுபிடித்தவரின் மனம் வேதனை அடைவதுபோல், மர்மப் பகுதிகளில் அடிபட்டவர்களை, உயிருக்குச் சேதம் ஏற்படாவண்ணம் எழுப்பி விடுவதற்காக ஏற்படுத்தப்பட்ட இக்கலை, மற்றவர் களின் உயிரினைப் பறிக்கப் பயன்படுத்தப்படுவதால் தான் அழிந்து வருகின்றது.

வர்மக்கலையும் மருத்துவமே

உலகிலுள்ள எல்லா உயிரினங்களின் உடலிலும் நரம்பு, எலும்பு சதை போன்ற பாகங்களில், பல மர்ம இடங்கள் அமைந்துள்ளன. இந்த மர்ம நிலையங்களில் தட்டோ, உதையோ, இடியோ,

தாக்கோ, அறிந்தோ, அறியாமலோ படும்போது, உடல்நிலை பாதிப்பு அடைகின்றது. இதனால் உறுப்பு நிலையங்களின் தன்னிலை கெடுகின்றது. வேதனை, வீக்கம், குருதிப்பாய்தல், இறப்பு போன்றவை நேரிடுவதைக் காண்கிறோம். இத்தகு அபாயங்களைத் தடுக்கும் வழிவகைகளையும், அவற்றைக் குணமாக்குவதற்குச் செய்து கொடுக்க வேண்டிய கசாயம், குளிகை, தைலம், எண்ணெய் போன்றவற்றினையும் விரிவாக விளக்குவதால், வர்மானிய நூற்கள் மருத்துவ நூற்களேயாகும்.

ஒருவனுக்கு எந்தெந்த இடத்தில் அடிபட்டால், என்னென்ன அறிகுறிகள் தென்படுமோ அந்தந்த அறிகுறிகளை அறிந்து, எவ்வளவு நாழிகைக்குள் இளக்கவேண்டும், பொறியில் அடிபட்டுக் கிடப்பவனின் எந்த உறுப்பைத் தட்டினால், எழும்புவான், என்ற மருத்துவமுறைகளையும்; அவனுக்குக், காது, வலது நாசி போன்ற பகுதிகளில், நசியம் செய்யவேண்டிய வழிகளையும்; பச்சிலைகளைக் கொண்டு அவனுக்குச் சிகிச்சையளிக்கும் வகைகளையும், பத்தியத்தோடு மருந்துகளைச் சாப்பிட வேண்டும் என்ற விதி முறைகளையும் முறைப்படி கூறிச் செல்வதால், வர்ம நூற்கள் மருத்துவத்தை விளக்கும் நூற்களே என்பதில் தவறில்லை.

வர்ம நூற்களைப் பதிப்பிப்பதால் உள்ள பயன்கள்

அழிந்து வருகின்ற கலைகளில் ஒன்றாக இருக்கின்ற இந்த வர்மக் கலையினை, அழியாமல் பாதுகாப்பது அவசியம். இந்த வர்மக்கலையினை அழியாது பாதுகாத்து நூற்களாகப் பதிப்பித்தால், துட்டர்கள், முரடர்கள் இக்கலையைப் படித்துத் தவறான வழியில் செல்வார்கள் எனச் சிலர் கருதுகின்றார்கள். இது தவறு. ஏனெனில், ''தொட்டுக்காட்டாத வித்தை சுட்டுப்போட்டாலும் வராது'' என்பது பழமொழி. இப்பழமொழிக்கேற்ப ஒருவன் வர்மக் கலையை முறையாக ஆசானிடம் படிக்காமல்,பதிப்பித்த நூற்களைப் படித்துத் துன்மார்க்கச் செயலில் ஈடுபட முடியும் என்பது சாத்தியமானதல்ல. அதே சமயம் இந்த வர்மக்கலைகளைப் போதிக்கும் நூற்களைப் பதிப்பிப்பதினால் பல நன்மைகள் ஏற்படும்.

எவ்வாறெனில், வர்மானியக் கலை செல்வாக்காக இல்லாத இடங்களில், ஒருவனுக்கு எதிர்பாராதவிதமாக, அடியோ, தாக்கோ மர்மப்பகுதிகளில் ஏற்படுமாயின், அவற்றிற்கு என்னென்ன சிகிச்சை செய்ய வேண்டும் என்பதை அவர்கள் அறியாதவர்களாதலால், குறிப்பிட்ட நாழிகைக்குள், இளக்குமுறை (வர்மத்தை இளக்கிக்

குணமாக்கும் முறை) செய்யாமல், அந்த ஆள் மரணமடையவோ, அல்லது நிரந்தர நோயாளியாக மாறிவிடக்கூடிய தன்மையோ ஏற்பட்டுவிடும். இந்த நிலையை வர்மானிய நூற்கள் மாற்றி யமைக்கும். வர்மானிய நூற்களைக் கற்றறிந்தவர்கள், எந்த இடத்தில் அடிபட்டதோ, அதற்குரிய சிகிச்சையைச் செய்ய முடியும். இதனால், உயிர் ஆபத்தைக் குறைக்கும் நூலாக இவை பயன்படும்.

ஆங்கில மருத்துவத்தின் புரியாத புதிர்

இந்த வர்மக்கலை, தமிழ் மக்களுக்கே உரிய அரிய செல்வமாகும். ஆங்கில மருத்துவம் ஓங்கி வளர்ந்து விழுது விட்ட போதிலும், இந்த வர்ம மருத்துவம், அவர்கள் அறியாத ஒன்றாகவே காணப்படுகின்றது. நாள்பட்ட வர்மத்தினால் (வர்மத்தை இளக்காமல் முற்றிவிட்டால்) வாதம், சூலை போன்ற நோய்கள் ஏற்படுகின்றன. இவற்றை ஆங்கில மருத்துவத்துறை வல்லுநர்கள் சிகிச்சையளித்துக் குணமாக்க முடியாமல், இது இறைவன் சோதனை எனக் கைவிட்டு விடுகிறார்கள். ஆனால் வர்ம மருத்துவம் வர்மத்தினால் ஏற்படும் ஒவ்வொரு நோயையும் கூறி, அந்தந்த நோய்க்குரிய சிகிச்சை முறைகளையும் கூறி, பத்தியம் தவறாது மருந்து அருந்தினால், குறிப்பிட்ட நாளில் குணமடைவான் எனத் திட்டவட்டமாகக் கூறுகின்றது. அந்தக் கூற்றினை இன்றும் நம் நாட்டு வர்ம வைத்தியர்கள் மெய்ப்பித்து வருகின்றனர்.

வர்மப் பிரிவுகள்

வர்மானிய நூற்கள், ஒவ்வொன்றும், வர்மப்பகுதிகளைப் பல பிரிவுகளாகப் பகுத்துக் கூறுகின்றன. 'வர்ம பீரங்கி' என்ற ஏட்டு நிலையிலேயே இருக்கும் ஒரு வர்மானிய நூல் (சென்னைக் கீழ்த் திசைச் சுவடி நூலகம்-ஆர் 2430) கேசாதி பாதம் ஈறாய் உள்ள உறுப்புகளைத் தனித்தனியே பிரித்து, அதில் அடங்கியுள்ள வர்மங்களைக் கூறுகிறது.

1.	சிரசுமுதல் கண்டம் ஈறாய் உள்ள வர்மங்கள்	25
2.	கண்டம் முதல் உந்தி ஈறாய் உள்ள வர்மங்கள்	45
3.	நாபிமுதல் மூலம் ஈறாய் உள்ள வர்மங்கள்	9
4.	கையில் உள்ள வர்மங்கள்	14
5.	காலில் உள்ள வர்மங்கள்	15
	மொத்தம்	108

பிரதி செய்யப்பட்ட 'வர்மசூத்திரம்' என்ற தலைப்புடைய வர்மானிய நூலில் வர்மம் 5 பிரிவாகப் பிரிக்கப்பட்டுள்ளது. அவை மனித உடம்பில் செல்லும் வாதநாடி, பித்தநாடி, சிலேற்பன நாடி ஆகியவற்றின் அடிப்படையிலும், உடலின் உள்பகுதியில் ஏற்படும் வர்மத்தின் அடிப்படையிலும், தட்டுவதால் ஏற்படும் வர்மத்தின் அடிப்படையிலும், பிரிக்கப்பட்டுள்ளன.

1.	வாத வர்மம்	64
2.	பித்த வர்மம்	24
3.	சிலேற்பன வர்மம்	6
4.	உள்வர்மம்	6
5.	தட்டு வர்மம்	8
	மொத்தம்	108

சென்னைக் கீழ்த்திசைச் சுவடி நூலகத்தில்,பதிப்பிப்பதற்காகத் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட வர்ம சூத்திரம் (ஆர் 2429) என்ற நூலில் வர்மங்கள் இரண்டு பிரிவுகளாகக் கூறப்பட்டுள்ளன.

1.	படுவர்மங்கள்	12
2.	தொடுவர்மங்கள்	96
	மொத்தம்	108

வர்மங்களைப் பல்வேறு வகையாகப், பல்வேறு வர்மானிய நூற்கள் பகுத்துக் கூறினாலும், எல்லா வர்மானிய நுற்களும் மொத்தத்தில் 108 வர்மப் பகுதிகளையே கூறிச்செல்கின்றன.

வர்ம சூத்திரம் கூறும் வர்மப் பகுதிகள்

'வர்ம சூத்திரம்' என்ற சுவடியின் ஆரம்பப் பகுதியில் படு வர்மம், தொடுவர்மம், மெய்தீண்டாக்காலம்,வெற்றி என்ற பச்சிலை இவற்றைத் தொகுத்துக் கூறும் ஆசிரியர், பின்னால், ஒவ்வொரு பிரிவையும் விரித்துக் கூறியுள்ளார். தொகுத்துச் சொல்லும் பகுதியில், படுவர்மம் பன்னிரண்டு, தொடுவர்மம் 96, மெய் தீண்டாக்காலம் ஒன்று எனக் கூறும் ஆசிரியர் ஒவ்வொரு வர்மப் பிரிவையும் விரித்துக் கூறும்போது தொடுவர்மங்களில் சுமார் 70 வர்மங்களை மட்டுமே கூறிச்சென்றுள்ளார். தொடுவர்மப்பகுதி யிலேயே தட்டுவர்மத்தையும் உள்ளடக்கிக் காட்டியுள்ளார். 'வர்ம பீரங்கி' என்ற சுவடியிலும் நூற்று எட்டு வர்மப்பகுதிகளும் அவை அனைத்தின் பெயர்களும் கூறப்பட்டிருப்பினும், அவற்றில

அடிபட்டால் ஏற்படும் அறிகுறிகளைக் கண்டு இளக்கும் முறை கூறப்படவில்லை. வர்மானிய சுவடிகளில் சுமார் 85 வர்மங்களின் பகுதிகளே விரிவாக விளக்கப்பட்டுள்ளன. இவற்றை நோக்கும் போது ஏராளமான வர்மப் பகுதிகள் சுவடிகளில்கூட இடம் பெறாதபடி மறைக்கப்பட்டுள்ளமை விளங்குகிறது.

படுவர்மம்

'படுவர்மம்' என்ற சொல் காரணப் பெயர். அது எவ்வாறெனில் மர்மப் பகுதிகளில் அடியோ, இடியோ, தாக்கோ படுமானால் ஏற்படும் வர்மமே படுவர்மம் ஆகும். 'படு' என்ற சொல், 'அதிகம்' என்ற பொருளையும் குறிக்கும். சான்றாக, படுவேகம் என்று கூறினால், அதிக வேகம் எனப் பொருள்படும். இந்தப் படுவர்மப் பகுதிகளில் அடி, இடி கொண்டதானால், அதிகம் ஆபத்துக்கள் நேரிடும். இதனாலும் இதனைப் படுவர்மம் எனக் கூறினர் எனக் கொள்ளலாம். இந்தப் படுவர்மங்கள் மொத்தம் 12 ஆகும்.

1. திலர்த காலம்

படுவர்மத்தினைப் பற்றிக் கூறும் ஆசிரியர், முதல் வர்மப் பகுதியாகத் திலர்த காலம் என்ற வர்மத்தைக் குறிப்பிடுகின்றார். இந்த வர்மப்பகுதி நெற்றியின் நடுப்பகுதியில் திலகம் இடுகின்ற பகுதியிலிருந்து ஒரு நெல்லிடை அளவு கீழ்ப்பகுதியில் காணப்படும் மர்மப் பகுதியே திலர்த காலமாகும். திலகமிடக்கூடிய இடத்தருகே இவ்வர்மம் அமைந்துள்ளதால், இவ்வர்மத்திற்கு இப்பெயர் அமைந்தது. திலம் என்பதற்கு எள் என்ற பொருளும் உண்டு. ஒரு எள் பதியும் அளவில் தான் அந்த மர்மப் பகுதி உள்ளதால் இதற்கு இப்பெயர் ஏற்பட்டிருக்கும் எனக் கூறுவாரும் உளர்.

இந்தத் திலர்த காலப் பகுதியில் அடிபட்டு அவ்விடத்திலுள்ள மர்மப் பகுதியில் முறிவு ஏற்பட்டால், அடிபட்ட ஆள் பிழைப்பது கடினம். இவ்விடத்தில் அடிபட்டவுடனேயே அந்த ஆள் மயக்க முற்றுக் கீழே விழுந்து விடுவான். அவனது வாய் பிளந்து வானத்தைப் பார்த்துக் காணப்படும். மூன்றே முக்கால் நாழிகைக்குள் ($1\frac{1}{2}$ மணி நேரம்) இளக்குமுறை செய்து அவனை எழுப்பாவிட்டால் அவன் இறந்து விடுவான்.

திலர்த காலம் இளக்குமுறை

திலர்த காலத்தில் அடிபட்டுக் கீழே விழுந்து கிடக்கும் ஆளைத் தூக்கி இருத்தி, அவனது குடும்பிப் பகுதியில் இளக்கும்

ஆள் ஒரு கையினை வைத்து, மறு கையால் அப்பகுதியில் ஒரு தட்டு தட்டவேண்டும். அதன் பின்பு, அடிபட்டவனின் வலது நாசியிலும் (பின்கலை) இரு காதுகளிலும், சுக்கினைச் சவைத்து, அந்த ஆவியினை ஊதவேண்டும். அதன் பின்பு, அரிசியில் சுக்கினைத் தட்டிப் போட்டுக் கஞ்சி வைத்து அடிபட்ட ஆளுக்குக் கொடுக்க வேண்டும். அதன்பின்பு, இந்நூலின் இறுதியில் கூறப் படுகின்ற வர்மக் கசாயங்கள் ஏதாவது ஒன்றில், வர்மக்குளிகை யினை உரசிக் கொடுத்து வரவேண்டும். காயம் பட்ட இடத்தில் திருமேனி எண்ணெய் எனப்படும் எண்ணெயினைத் தேய்த்து ஆவி பிடித்துவர, இந்த வர்மம் குணமாகி, நோயாளி முன் நிலைமை யினை அடைவான். வர்மக் கசாயங்களை உள்ளுக்கு அருந்தும் போது அதில் கூறப்பட்டுள்ள பத்தியம் தவறாமல் பருகிவருதல் மிகவும் அவசியம்.

இந்தத் திலர்த கால வர்மத்தில், வர்ம ஆசான்கள், குன்றி முத்தால் (குன்றிமணி) தாக்கி எதிரியை மயங்கச் செய்வார்களாம். இந்த வர்மத்தில் அடிபட்டுக் கண் மஞ்சள் நிறமாக மாறிக் காணப் பட்டால், இவ்வர்மத்தினை இளக்குதல் கூடாது என்று வர்ம ஆசான்கள் கூறுகின்றார்கள். சுக்கோடு, குப்பைமேனி இலை யையும் சவைத்துக் காது,மூக்குப் பகுதிகளில் ஊதலாம் என்று வர்ம வைத்தியர்கள் கூறுகின்றனர்.

'வர்மானித் திறவுகோல்' என்ற நூலின்கண், 'வர்மம் ஏற்பட்டு வாய்திறந்து இருக்குமானால் சென்னியின் இருபுறத்தும் உள்ள வர்மப் பகுதியில் $\frac{1}{2}$ மாத்திரையளவு அழுத்தினால் இவ் வர்மம் இளகும்' என்று கூறப்பட்டுள்ளது.

''வல்லா வாயது திறந்தி டுகில்
வழுத்தும் சென்னியில் அமர்த்திடப்போம்''
—வர்மானித் திறவுகோல், 7.

2. நட்சத்திரக் காலம்

திலர்த காலத்தினை அடுத்து, நட்சத்திரக் காலத்தினைக் கூறுகின்றார். இந்த வர்மம், கடைக்கண் பகுதியில் ஒரு விரல் தள்ளிக் காணப்படுகின்ற குழியில் காணப்படுகிறது.

நட்சத்திரம் இரவில் ஒளி கொடுப்பதுபோல, மனிதனுக்கு ஒளியாக விளங்கும் கண்ணில் இவ்வர்மப் பகுதி அமைந்துள்ளதால், இவ்வர்மத்திற்கு நட்சத்திரக் காலம் எனப் பெயரிட்டனர் எனக் கொள்ளலாம்.

இந்த நட்சத்திரக் காலத்தினில் வர்மம் கொண்டால், கண் மஞ்சள் நிறமாக மாறும். முகமும் மஞ்சள் போல மாறிவிடும்; அடிபட்டவனின் முகம், சாதாரண மனிதனின் முகத்தினின்றும் வேறுபடும். உடம்பெல்லாம் வியர்வை பெருகும். செவிகள் கேட்காது.

இந்த அறிகுறிகள் ஏற்படுமானால், கடைக்கண் வர்மப் பகுதியில் ஒரு மாத்திரை அளவு அடி தாக்கப்பட்டுள்ளது என்பதை அறிந்துகொண்டு பதினெட்டு நாழிகைக்குள் (7 மணி 12 நிமிடம்) இளக்க வேண்டும். இல்லாவிட்டால் உயிராபத்து ஏற்படும்.

நட்சத்திரக் காலத்தில் அடிபட்டுப் பாதிக்கப்பட்டால், அடிபட்ட கண்ணின் நேர் உள்ள பின்புறத்தில், அதாவது பிடரி வர்மத்தின் வல இடப்பக்கங்களில் கையினை விரித்து, சூத்திரமாய்த் தட்ட வேண்டும். வர்ம வைத்தியர்களிடம் இருந்து தெள்ளிதின் கற்றுத் தெளிந்து, வர்ம இளக்குமுறை செய்தல் வேண்டும். அடிபட்ட கண்பகுதியினை மெதுவாகத் தடவி விடுதல் வேண்டும். அதோடு இரு விலாப்புறத்தினையும், முதுகு, மார்புப் புறத்தினையும் தடவி விடவேண்டும். அதன்பின் தலை உச்சியில் ஒரு கையை வைத்து மறு கையால் தட்ட வேண்டும். அதன்பிறகு சுக்கினை வாயில் வைத்துச் சவைத்து அந்த ஆவியைச் செவிகள், வலது மூக்குத் துவாரங்களில் ஊதவேண்டும். இதோடு வர்மக் கசாயங்களையும், பத்தியம் தவறாது குடிக்கக் கொடுக்கவேண்டும்.

3. செவிக்குத்திக் காலம்

இரு காதுகளின் துவாரங்களை அடுத்துக் காணப்படுகின்ற சிறு தண்டுப்பகுதியின் அருகில் காணப்படும் வர்மம் செவிக்குத்திக் காலம் ஆகும். செவியின் அருகில் இவ்வர்மம் காணப்படுவதால், இவ்வர்மத்திற்குச் செவிக்குத்திக் காலம் என்ற பெயர் வழங்கலாயிற்று.

இந்த வர்மப் பகுதியில், அடிபட்டால் விழி இரண்டும் வெளியே தள்ளும். வாயின்கண் நுரை தள்ளும். இந்த வர்மத்தின் குறி குணத்தை, நாடியினைப் பார்த்து நன்கு அறிந்து இருபத்து மூன்று நாழிகைக்குள் (9 மணி 12 நிமிடம்) இளக்குமுறை செய்தல் வேண்டும்.

இந்த வர்மத்தினை இளக்கும்போது அடிபட்ட செவியின் மறு செவியில் உள்ள வர்மப் பகுதியில் விரல்கொண்டு ஊன்ற வேண்டும். அதன்பின்பு இறைவனை மனதில் நினைத்து, கையின் விரல்களா

ஒன்றோடொன்று இணைத்து, கையினைக் குவித்து, வர்மம் கொண்ட செவியின் பகுதிகளையும், முதுகு, நெஞ்சு பகுதிகளையும் நன்றாகத் தடவிவிட வேண்டும். அதன் பிறகு, வர்மம் இளக்கும் நுட்பத்தினை நன்கு அறிந்து, இரு கைவிரல்களையும், ஒன்றோடொன்று பிணைத்துக் கொண்டு உச்சியில் அடிக்க வேண்டும். அதன்பிறகு சுக்கை வாயில் சவைத்து நாசி, செவித் துவாரங்களில் ஊதவேண்டும். அன்னப்பாலுடன் சுக்குக் கசாயத்தையும் சேர்த்து, உள்ளுக்குக் குடிக்கக் கொடுக்க வேண்டும். இவ்வர்மம் முற்றிலும் குணமாக, வர்மக் கசாயத்தினைப் பத்தியம் பிசகாமல் குடித்து வரவேண்டும்.

4. பிடரிக் காலம்

பிடரிக் காலம் என்ற வர்மம் மனிதனின் பிடரிப் பகுதியில் காணப்படுகின்றது. இந்த வர்மம் தலையின் பின்புறப் பகுதியானது முடிகின்ற பகுதியில் காணப்படுகின்றது. அதாவது தலையின் பின்புறத்தில் உள்ள தலைமுடி முடிகின்ற பகுதியின் நடுவில் காணப்படுகிறது. அந்த வர்மப்பகுதியில் சற்றுக் குழிவு காணப்படும். அந்தக் குழிவுப் பகுதியில் அடிகள், குத்து இவை மூர்க்கமுடன் பட்டு, முறிவு ஏற்படுமானால் உடனே இறந்து விடுவான்.

இந்தப் பிடரிக் காலத்தில் அடிபட்ட உடனேயே தலை குலைந்துவிடும்; கண்கள் இறுக மூடிவிடும். பெருமூச்சு ஏற்படுவதோடு உடல் நடுக்கமும் ஏற்படும். இந்த வர்மம் ஏற்பட்ட ஆளை 24 நாழிகைக்குள் (9 மணி 36 நிமிடம்) இளக்காவிட்டால் உயிராபத்து ஏற்படும்.

இந்தப் பிடரிக் காலத்தினைப் பேன்குழிக் காலம் என்றும் கொண்டைக் காலம் என்றும் அழைப்பர். இந்த வர்மம் கொண்ட ஆளை இருகால்களிடையே எடுத்து இருத்திக் கொண்டு, இரு கைவிரல்களையும் ஒன்றோடொன்று பிணைத்து உச்சந்தலையில் ஓர் அடி போட வேண்டும். அதன் பின்பு கண்டத்தினை (கழுத்துப் பகுதியினை) வலது, இடது புறமாக மெதுவாக அசைத்துவிட்டு, தடவ வேண்டும். அன்னப்பாலில் உப்பை வறுத்துப்போட்டு அடிபட்டவனுக்குக் கொடுக்கவேண்டும்; வர்மக் கசாயத்தினையும் பத்தியம் தவறாமல் கொடுக்க வேண்டும்.

5. உறக்கக் காலம்

மனிதனது கீழ்நாடியில் தாடை எலும்பின் கீழ்ப்பகுதியில் குரல்வளையின் வல, இடப்பகுதிகளில், கழச்சி வடிவத்தில் ஒரு

வித சுரப்பி காணப்படும். அந்தப் பகுதியில் காணப்படும் வர்மம் உறக்கக் காலம் எனப்படும். இந்த வர்மப் பகுதியில் அடிபட்டால், அடிபட்ட ஆள் உறங்குவார். எனவே இந்த வர்மத்திற்கு உறக்கக் காலம் என்று பெயர் வழங்கினர்.

இந்த உறக்கக் காலத்தில், அடியிடிகள் முழு மாத்திரையளவு பட்டதானால் வாய் பிளந்து நாக்குத் தள்ளும். உடல் முழுவதும் சூடு பரவும். தொடு உணர்ச்சி குன்றும். தளர்ச்சை ஏற்பட்டு, உறங்கிக் கொண்டே இருப்பார். இந்த வர்மத்தில் அடிபட்ட நபரை 96 நாழிகைக்குள் (36 மணிநேரம்: $1\frac{1}{2}$ நாள்) இளக்குமுறை செய்து அவனை எழுப்பி விடுதல் வேண்டும். இல்லாவிட்டால், அவனுக்கு உயிர்ச்சேதம் ஏற்படலாம்.

உறக்கக் காலத்தில் அடிபட்டு, விழுந்தவரைத் தூக்கி இருத்தி, அசையாமல் ஒருவரைப் பிடித்துக் கொள்ளச் சொல்லி, உச்சியில் ஓர் அடியும் போட வேண்டும். அதன்பிறகு பிடரி வர்மப் பகுதியின் கீழ் நடுவிரல் கொண்டு ஊன்றிக் குத்த வேண்டும். அடுத்துப் பிடரிப் பகுதியினைக் கையால் நன்றாகத் தடவிவிட வேண்டும். அதன்பிறகு ஏலத்தினைப் போட்டுக் காய்ச்சிய கஞ்சியினைக் குடிக்கக் கொடுத்தல் வேண்டும். இம்மருந்தினால் இந்த வர்மம் இளகி (மாறி) சுகமடைவான்.

6. தும்மிக் காலம்

தும்மி என்பது தும்மலைக் குறிக்கும். தும்மிக் காலத்தில் அடிபட்டால், அடிபட்ட ஆளுக்குத் தும்மல் ஏற்பட்டுக் கொண்டே இருக்கும். இதனால் இந்த வர்மத்திற்கு இப்பெயர் ஏற்பட்டது.

இந்தத் தும்மிக் காலம், தொண்டையின் கீழ் உள்ள குழியில் காணப்படுகின்றது. அதாவது குரல்வளையின் நேரே கீழ் உள்ள குழியான பாகத்தில் காணப்படுகின்றது. இந்த வர்மத்தில் அடிகள் இடிகள் கொண்டதானால், உடம்பு துடிக்கும், கண் மூடிக் காணப்படும். நாசித் துவாரத்திலிருந்து நீர் (சளிநீர்) வந்து கொண்டே இருக்கும். முகமானது கலையிழந்து கறுத்துக் காணப் படும். வேர்வை உண்டாகும். இந்த வர்மத்தினைப் பதினெட்டு நாழிகைக்குள் (7 மணி 12 நிமிடம்) இளக்கி, அடிபட்டு வீழ்ந்த ஆளை எழுப்ப வேண்டும்.

அடிபட்டு விழுந்த ஆளை எடுத்து இருத்தித் தொண்டைக் குழியின் நேர்மறுபுறமான, முதுகுத் தண்டின் ஆரம்பப் பகுதியில் கையினைப் பொத்தி அழுத்த வேண்டும். அதன் பிறகு அவனது உச்சியில் கைபொத்தி அடிக்கவும் வேண்டும்.............

அதன் பின்பு அடிபட்டவனின் கழுத்துப் பகுதியினை இடவலமாக அசைத்து விடுதல் வேண்டும். பின் நாசி, செவித் துவாரங்களில், சுக்கினைச் சவைத்து ஊதி, சூடான அன்னப்பாலினை அருந்தக் கொடுக்க வேண்டும். அன்னப்பால் அருந்தியதும் இந்த வர்மம் இளகிச் சுகமடைவான்.

7. நேர் வர்மம்

இந்த வர்மம், தொண்டைக்குழியின் நேர் கீழே காணப்படும் கூம்புப் பகுதிக்கு இருவிரல் கீழே காணப்படுகிறது. இந்தப் பகுதியில் அடியிடிகள் பட்டு வர்மம் ஏற்படுமானால், உடல் குளிர்ந்து விடும், வியர்வை உண்டாகும், இருமும்போது இரத்தம் வாய் வழியே வெளிவரும். பதினெட்டு நாழிகைக்குள் இளக்குமுறை செய்தல் வேண்டும்.

அடிபட்ட ஆளை எடுத்திருத்திக்கொண்டு நேர்வர்மத்திற்கு நேராக முதுகுப் புறத்தில் இருக்கின்ற பகுதியில், புறங்காலால் (பாதத்தை வளைத்துக்கொண்டு) தட்ட வேண்டும். அதன்பிறகு, உடம்பு முழுவதையும் தடவித் தூக்கி, அன்னப்பால் தண்ணீரை உள்ளுக்குக் குடிக்கக் கொடுத்தவுடன், தளர்ச்சை நீங்கிச் சுகமடைவான்.

8. அடப்பக் காலம்

இந்த வர்மம், முண்டெலும்பில் இருந்து நாலுவிரலுக்கு மேலே உள்ளது. முண்டெலும்பு என்பது விலா எலும்புகள் முடியக்கூடிய பகுதியில் இருக்கும் எலும்பாகும். இதனை 'முஷ்டி எலும்பு' என்றும் கூறுவர்.

இந்த முண்டெலும்பின் நாலுவிரலின் மேலே, அதாவது அக்குள் பகுதியின் நேர்கீழே சற்றுச் சதைப்பற்றுடன் காணப்படுகின்ற பகுதியே அடப்பக் காலமாகும். 'அடப்பம் முறிந்தால் பிழைப்ப தரிது' என்ற பழமொழிக்கு ஏற்ப, இக்காலத்தில் அடி பட்டால் மாந்தர் பிழைப்பது அரிதாகும்.

இந்த வர்மம் கொண்டவுடன் மயக்கமடைந்து கீழே விழுந்து விடுவான். அவனைக் கூப்பிட்டால், சத்தம் கொடுக்க மாட்டான். பிணம் போன்று உணர்ச்சியின்றிக் காணப்படுவான். பதினெட்டு நாழிகைக்குள் (7 மணி 12 நிமிடம்) இளக்கி எழுப்பவேண்டும்.

அவனைத் தூக்கி இருத்தி எந்த விலாப்பகுதியில் உள்ள அடப்பக் காலத்தில் அடிபட்டதோ, அந்த விலாப்பகுதிக்கு மாறான,

விலாப்பகுதியில் உள்ள அடப்பக் காலத்தில் புறங்கால் கொண்டு, தட்டி முதுகு நெஞ்சு இவற்றைத் தடவி விடவேண்டும். அதன் பிறகு இஞ்சிச் சாற்றோடு, அன்னப்பாலையும் குடிக்கக் கொடுக்க வேண்டும். வர்மம் நீங்கிச் சுகமடைவான்.

9. உறுமிக் காலம்

நேர் வர்மப் பகுதியின் சிறிது கீழே உறுமிக் காலம் உள்ளது. 'வர்ம பீரங்கி' நூல், கூம்பு வர்மப் பகுதியின் மூன்று விரலின் கீழே இந்த வர்மம் உள்ளது என்று கூறுகின்றது. இந்த வர்மத்தினை, வர்ம பீரங்கி நூல் 'பன்றி வர்மம்' எனக் கூறுகிறது. இந்த வர்மப் பகுதியில் அடியிடி ஏற்பட்டால், பன்றியானது உறுமுவது போன்று அடிபட்ட ஆள் உறுமிக்கொண்டே இருப்பார். இதனால் இவ் வர்மத்திற்கு உறுமிக் காலம் என்ற பெயர் வழங்கலாயிற்று.

உறுமிக் காலத்தில் அடிபட்டால், இருபத்தேழு நாழிகைக்குள் (11 மணி நேரம்), இளக்கித் தூக்கிவிட வேண்டும். அடிபட்ட ஆளை எடுத்து இருத்திக்கொண்டு, இரு கைவிரல்களையும், ஒன்றோ டொன்று பொருந்தும்படி பிணைத்து, அடிபட்டவனின் உச்சியில் ஓர் அடி அடிக்க வேண்டும். அதன்பின்பு செவி, நாசித் துவாரங்களில் சுக்கால் ஊத வேண்டும். அதன் பிறகு உறுமிக் காலத்தின் நேர் எதிர்புறமான முதுகுப் புறத்தில் புறங்கால் கொண்டு தட்டொன்று தட்ட வேண்டும். பின் சரீரமெல்லாம் தடவித் தூக்கிவிட்டுச் சூடான அன்னப்பாலினைக் குடிக்கக் கொடுக்க வேண்டும். இவ்வாறு இளக்கும்போது பெருமூச்சு விட்டுக்கொண்டே எழுந்திருப்பான்.

10. வலிய அத்திச் சுருக்கிக் காலம்

விலா முண்டெலும்பின் இரு விரலின் கீழே காணப்படும் வர்மப் பகுதியின் பெயர் வலிய அத்திச் சுருக்கி என்பதாகும். அத்தி என்பது எலும்பு எனப் பொருள்படும். இந்த வர்மத்தில் அடி இடிகள் கொண்டால், எலும்பு வளர்ச்சியினைக் குன்றச் செய்து, உடம்பைச் சுருங்கச் செய்துவிடும். வலிய என்பது கொடிய என்ற பொருளுடைய பெயரெச்சம். இந்த வர்மப் பகுதியில் அடிபட்டால், அடிபட்ட மனிதனின் உடல் ஒரு முழம் குறுகிப்போகும். அதாவது அவனது உயரத்தில் இருந்து 1 முழம் குறைந்து விடுவான். இத்தகு கொடிய வர்மம் ஆதலால் இவ்வர்மத்தினை வலிய அத்திச் சுருக்கி என்றனர்.

இந்த வர்மத்தில் அடிபட்டவுடன், உடம்பெல்லாம் குளிர்ச்சை (சன்னி) ஏற்படும். அடிபட்ட ஆளைப் பதினெட்டு நாழிகைக்குள் (7 மணி 12 நிமிடம்) இளக்க வேண்டும்.

அடிபட்டவரை எடுத்திருத்திக் கொண்டு அடிபட்ட இடத்திற்கு நேர் எதிரே உள்ள முதுகுப் புறத்தில் புறங்கால் கொண்டு தட்ட வேண்டும். அதோடு உச்சந்தலையிலும் கையால் தட்ட வேண்டும். உடனே வர்மத்தில் அடிபட்ட மனிதன் எழும்புவான். அவனுக்குச் சூடான உப்புக் கலந்த அன்னப்பால் கொடுப்பது நல்லது. இந்த வர்மம் மிக மோசமான வர்மமாகும். இந்த வர்மத்தில் பகைவரை அடித்துப் பாவம் செய்தல் கூடாது என்று ஆசிரியர் கூறுகின்றார். இந்த வர்மம் உடனடியாக இளகாது. அப்படி இளகாமல் இருந்தால், நாடித் துடிப்பை நன்கு ஆராய்ந்து மீண்டும் இளக்குமுறை செய்ய வேண்டும். அதன் பின்பும் இந்த வர்மம் இளகாமல் இருந்துவிட்டால் உயிர் போய்விடும்.

வர்மப் பொறியறிந்து, நன்கு கைபாகம் தவறாமல் இளக்கினாலும், இந்த வர்மத்தில் மாத்திரை கூடி அடிபட்டால் உயிர் பிழைக்காது. இந்த வர்மத்தில் அடிபட்ட ஆளை இளக்க வேண்டாம். ஏனெனில் இளக்கிவிட்டாலும், 40 நாட்களில் அடிபட்ட ஆள் இறந்து விடுவான். அப்படி இறந்தால், வர்ம இளக்கம் செய்த வைத்தியரைக் குறை கூறக் கூடும். எனவே இளக்காமல் இருப்பதே நல்லது.

11. சிறிய அத்திச் சுருக்கிக் காலம்

விலாப்புற முண்டெலும்பில் இருந்து மூன்று விரலின் கீழே காணப்படும் பகுதியில், சிறிய அத்திச் சுருக்கி என்ற வர்மப் பகுதி காணப்படுகின்றது. இந்த இடத்தில் அடிபட்டாலும், வலிய அத்திச் சுருக்கி வர்மத்தில் அடிபட்டால் ஏற்படும், குறிகுணங்களை (அறிகுறிகள்) காணப்படும் என்றபோதிலும், இது வலிய அத்திச் சுருக்கி போன்று மிகக் கொடிய வர்மம் அல்ல. இந்த வர்மத்தில் அடிபட்டால் உயிர் பிழைக்க வாய்ப்பு உண்டு. எனவே இந்த வர்மப் பகுதி சிறிய அத்திச் சுருக்கி எனப் பெயர் பெற்றது.

இந்த வர்மப் பகுதியில் அடிபட்டால், அடிபட்டவனின் வளர்ச்சி சற்றுக் குறையும். இந்த வர்மத்தில் அடிபட்டவனை 27 நாழிகைக்குள் (11 மணி நேரம) இளக்கி எழுப்ப வேண்டும். அடிபட்டவனை எடுத்திருத்திக் கொண்டு, இரு விலாப்பகுதிகள், முதுகு, நெஞ்சுப் பகுதிகள் இவற்றினைச் சீராகத் தடவி விட்டு, சிறிய அத்திச் சுருக்கிக் காலத்தில் நேர் பின்புறத்தில் உள்ள முதுகு வரியில் புறங்கால் கொண்டு தட்டொன்று தட்ட வேண்டும். அதன் பிறகு இரு கைவிரல்களையும் பிணைத்துத் தலைமேல் வைத்து உச்சியில் மூர் அடியும் போட வேண்டும். அதன் பிறகு நல்ல வெற்றிலையினை எடுத்து, அதோடு சுக்கையும் சேர்த்துச் சவைத்து

அந்த ஆவியை இரு செவித் துவாரங்களிலும் ஊதவேண்டும். அதன் பிறகு அடிபட்டவனைத் தூக்கி உதறவேண்டும். உடனே வர்மம் இளகிச் சீர்படுவான். உடனே அரைப்படி அரிசியில் ஒருபலம் சுக்கினை இடித்துப் போட்டுக் கஞ்சி வைத்து அந்தக் கஞ்சியின் சூடான அன்னப்பாலினை உள்ளுக்குக் கொடுக்க வேண்டும். உடனே குணமடைவான்.

12. கல்லடைக் காலம்

'கல்' என்று இங்குக் குறிக்கப்படுவது, மனிதனது இருவிதைகளும் ஆகும். இந்த வர்மத்தில் அடிபட்டால், மனிதனது இரு விதைகளும் மேலே ஏறி விதைப்பையின் துவாரத்தை அடைத்துக் கொள்ளும். அதனால் இந்த வர்மத்திற்குக் கல்லடை என்ற பெயர் ஏற்பட்டது. தொப்புள் பகுதியின் கீழ் நாலுவிரலில் கல்லடைக் காலம் காணப்படுகிறது; என்று வர்ம பீரங்கி நூல் கூறுகிறது. கல்லடைக் காலம் காணப்படும் பகுதியினை வர்ம சூத்திர நூல் குறிப்பிடவில்லை.

இந்தக் கல்லடைக்காலத்தின்கண், அடிபட்டால் விதையிரண்டும் விதைப்பையில் இருக்காது. அவ்விதைகள் விதைப்பையினின்று மேலே ஏறிவிடும். இதனால் அடிபட்ட ஆள் தளர்ச்சையுற்றுக் கீழே விழுந்துவிடுவான். இதனால் பேச்சின்றித் தன்னுணர்வின்றிக் கிடப்பான். இந்த வர்மத்தில் ஒரு மாத்திரைக்கு மிஞ்சி அடிபடுமானால் இறந்தே போவான்.

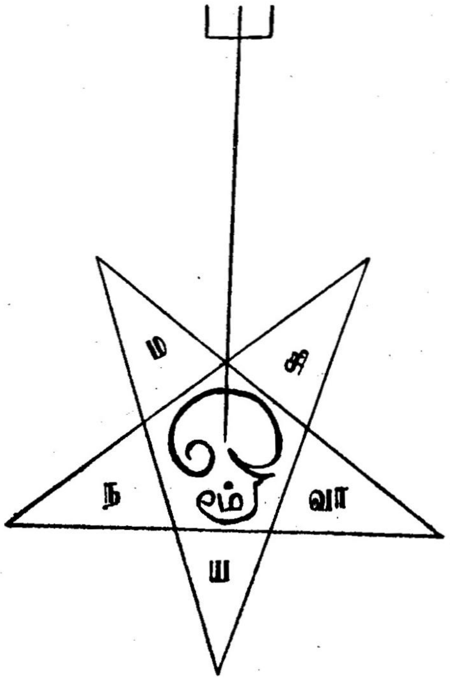
இந்த வர்மத்தில் ஒரு மாத்திரை அளவில் இருந்து சற்றுக் குறைந்து அடிபடுமானால், சிறுநீர் போகாது. இதனால் வயிறு ஊதும், மூச்சு விட முடியாது. விதை இரண்டும் கீழே இறங்காதபடி சதை வளர ஆரம்பிக்கும். இந்த வர்மத்தில் அடிபட்ட உடனேயே கவனித்து இளக்குமுறை செய்தல் வேண்டும்.

மேலேறின விதையை கீழே இறங்கச் செய்வதற்கு, மூன்று மண் கலசத்தினை எடுத்துக் கொள்ளவேண்டும். மூன்று கல்லினை வைத்து அடுப்பிற்கு அண்டை கூட்டுவது போல மூன்று கலசத்தையும் வைத்து அண்டை கூட்ட (அடுப்பு போல வைத்தல்) வேண்டும். அடிபட்ட ஆளை அண்டையில் இருத்தி ஒரு ஆளினைக் கொண்டு பிடித்துக் கொள்ளச் சொல்ல வேண்டும். அதன்பின்பு இரு புருவத்திற்கும் இடையில் உள்ள நடுநெற்றியில் (திலர்த காலம் உள்ள பகுதியில்) விரலால் அழுத்தி ஊன்ற வேண்டும். அதன்பிறகு அடிபட்ட ஆளின் தலை உச்சியில் ஓர் அடி போட வேண்டும். அதன்பிறகு முதுகுத் தண்டின் கீழ்ப்பகுதியில், மூலத்

தின் சற்று மேலே புறங்கால் கொண்டு தட்டிவிட வேண்டும். அடுத்து அடிபட்டவனின் காலை மடக்கி அவனது வயிற்றோடு சேர்த்து வைத்துக் கொண்டு, அவனை மேலே தூக்கிப் பின் கீழே அண்டை கூட்டியுள்ள கலசத்தில் அழுத்திருத்த வேண்டும். மிக விரைவில் விதையானது கீழே இறங்கும். அதன்பிறகு விதையைப் பிடித்துத் துணியால் சுற்றி, இரண்டு நாட்கள் விதைப் பகுதியில் தண்ணீர் விடவேண்டும் அல்லது தண்ணீரை உச்சந்தலையில் விட்டு நீராட்டவும் செய்யலாம்.

இந்த வர்ம இளக்குமுறை செய்யத் தொடங்குவதிலிருந்து, இளக்குமுறை செய்து முடிக்கும்வரை, நஸ், மஸ், சிஸ், வஸ் என்ற மந்திரத்தை கூறிக் கொண்டே இளக்க வேண்டும். அதோடு ஓங்கார சிவ சிவா என்று சிவனை மனதில் தியானம் செய்து இளக்க வேண்டும். இ ந் த மந்திரத்தை 108 தடவை ஓத வேண்டும்.

இளக்குமுறை செய்து முடித்த பிறகும், சிவனை மனதில் தியானம் செய்து, சுத்தமான இடத்தைத் தேர்ந்தெடுத்துக்



கொண்டு,ஐங்கோலம் வரைந்து அதன் முனைகளைத் தொடும்படி வட்டம் வரைந்து, ஐங்கோலத்தின் நடுவே ஓங்கார மந்திரமாம் 'ஓம்' என்பதை எழுதி, ஐங்கோலத்தில் ஐந்தெழுத்து மந்திரமான 'நமசிவாய' என்பதை எழுதி நடுவில் திரிசூலம் ஒன்றை நாட்டி, இறை பூசைக்குரிய பொருள்களை வைத்து, மேற்கூறிய மந்திரத்தை ஓதிச் செபிக்க வேண்டும்.

படுவர்மப் பொதுக் குணங்கள்

படுவர்மப் பகுதிகளில் அடியிடிகள் கொண்டால் அடிபட்ட இடத்தில் கைவைத்துக் கவனித்தால் குளிர்ச்சியாகக் காணப்படும். இந்த அறிகுறியை நன்கு கவனித்து இளக்குதல் வேண்டும்.

இப்படி இந்த வர்மங்களை இளக்கியும், அவ்வர்மங்கள் இளகாமல் இருந்துவிட்டதானால், சிறந்த மூலிகைகளான வல்லாரையினையும், தாளியையும் (வேலிப்பருத்தி) இடித்துச் சாறு பிழிந்து உள்ளுக்குக் கொடுத்து, உடம்பிலும் பூச வேண்டும்.

பொதுவாக எந்த ஒரு படுவர்மம் கொண்டாலும் அடிபட்டவனின் இரண்டு தொடைகளையும் சேர்த்துப் பிடித்துத் தூக்கி இருத்த வேண்டும். உச்சியில் கைபொத்தியோ, கைபிணைத்தோ அல்லது ஒரு கையைத் தலையில் வைத்து மறு கையாலோ அடியடிக்க வேண்டும். வர்மத்தில் விழுந்தவனின்,வலது நாசி,செவித் துவாரங்களில் சுக்கினைச் சவைத்து ஊதவேண்டும். முன்பு கூறியதுபோல் வர்ம அடக்கப் பகுதிகளில் விரல்கொண்டு ஊன்றி அழுத்த வேண்டும். உடம்பின் எல்லாப் பகுதிகளையும் நன்கு தடவி விட வேண்டும்.

தட்டுவர்மம்

வர்ம சூத்திர நூலாசிரியர் தட்டுவர்மம் எட்டு என்று கூறிச் செல்கின்றார். ஆனால், அந்த எட்டு வர்மங்கள் எவையெவை, அவற்றின் இடங்கள் எந்தப் பகுதியில் உள்ளன என்பதைத் தெளிவுபடக் கூறாமல், இந்தத் தட்டுவர்மப் பகுதியில், படும் தாக்குகள், மாத்திரையின் அளவு மீறிடுமானால் உயிர் போய் விடும் என்று கூறியுள்ளார். சீடனாய்ப் பயில்பவர்களில் நெறியற்றவர்களும் இருப்பதால், இந்தத் தட்டுவர்மக் கலையை, குருவின் கை அடக்கமாக வைத்துள்ளதாகக் கூறிச் செல்கின்றார். இந்தத் தட்டுவர்மத்தையும் விளக்கமாகக் கூறினால் நூலினுடைய பெருமையே போய்விடும் என்று கூறியுள்ளார். ஏனெனில் அவற்றைக் கற்கும் நெறியற்றவர்கள், குருவினையும் எதிர்க்கத் துணிந்து விடுவர் என்பது இந்நூலாசிரியர் கருத்து.

தொடுவர்மம்

ஒருவனது உடலில் காணப்படுகின்ற சில வர்மப் பகுதிகளில், கைவிரல், கம்பு, கால்விரல் இவற்றினால் தொட்டு அழுத்தினால் அவன் மயங்கிக் கீழே விழுவான். இதனால் இவ்வர்மம் இப்பெயர் பெற்றது. அதாவது சில மர்மப் பகுதிகளில் மேலோட்டமாக அடியிடிகள் படுமானால், அந்த ஆள் மயங்கி விழமாட்டான். எனவே வர்மப் பகுதிகளில் மட்டுமே தாக்கம் ஏற்படும்படி, விரல்கள், கம்பு இவைகளைக் கொண்டு அழுத்த வேண்டும். இத்தொடு வர்மங்கள், சிலவற்றின் பெயர்களைக் குறிப்பிடாமல் இடங்களை மட்டும் குறிப்பிட்டு அவற்றில் அடிபட்டால் ஏற்படும் விளைவுகளைக் கூறிச் செல்கிறார். சில வர்மங்களின் பெயர்களையும் குறிப்பிட்டுச் செல்கின்றார். தொடு வர்மப்பகுதி, படுவர்மப் பகுதியைப் போன்று உயிராபத்து விளைவிக்காது.

கடிதான வர்மங்கள்

தொடு வர்மத்தில் உயிராபத்து விளைவிக்கக்கூடிய மூன்று வர்மங்கள் உள்ளன. இந்த வர்மங்கள் இருக்கும் இடங்களைக் கூறிச் செல்லும் வர்ம சூத்திர ஆசிரியர், இவ்வர்மங்களின் பெயர் களைக் கூறவில்லை. காரணம், 'வர்ம சூத்திரம்' எழுதிய ஆசிரியரே 'வர்ம பீரங்கி' என்ற நூலையும் எழுதியுள்ளார். அந்த வர்ம பீரங்கி நூலின்கண் வர்மப் பகுதிகள் ஒவ்வொன்றின் பெயரையும் தெளிவு பட விளக்கியுள்ளார். எனவே வர்ம சூத்திர நூலின்கண்,

> ''பாலம் போல் நூற்றுக்குள் பாடி வைத்தேன்''
>
> —வர்ம சூத்திரம், 73

என்று கூறி, வர்மப் பகுதிகளின் பெயர் முதலானவற்றை வர்ம பீரங்கி நூலைப் படித்து அறிந்துகொள்ளக் குறிப்பாக உணர்த்தியுள்ளார்.

கண்ணாடிக் காலம்

மூக்கு நடுமையப் பகுதி கண்ணாடிக் காலமாகும். அதாவது நாசித் துவாரங்களின் இடையே உள்ள நடு மையப் பகுதி. இந்தப் பகுதியில் விரல் கொண்டு மேல் நோக்கிக் குத்தினால் உயிராபத்து ஏற்படலாம். வர்ம சூத்திர நூலின்கண் மூக்கின் நடுவில் வர்மம் உள்ளது என்று மட்டுமே கூறப்பட்டுள்ளது. ஆனால் வர்ம பீரங்கி நூல் மூக்கின் நடுமைய வர்மத்தினைக் கண்ணாடிக் காலம் எனக் கூறிச் செல்கிறது.

சான்று :

> ''பாரப்பா நாசிநடு கண்ணாடி காலம்'' —வர்ம பீரங்கி, 9

இந்தக் கண்ணாடிக் காலத்தின்கண், அடியிடிகள் கொண்டால் கண்கள் இரண்டும் மயங்கும், கண் பார்வை குறைந்து, உடல் சோர்ந்து தளர்ச்சையாகும். இந்த வர்மம் உயிராபத்தை விளைவிக்கும். இந்த வர்மத்தில் தாக்குதல் செய்தல் கூடாது. கொடிய துன்மார்க்கனை அழிக்க இந்த வர்மானியத்தைப் பயன் படுத்தலாம். சில வர்ம வைத்தியர்கள் இந்த வர்மமானது, இரு கண்களுக்கும் இடையில் உள்ள மூக்குப் பகுதியில் உள்ளது என்கின்றனர்.

கொண்ட கொல்லி

அடி கொண்டவுடனே கொல்லும் தன்மையுடைய வர்மம் ஆதலால் இவ்வர்மம், 'கொண்ட கொல்லி' என்று அழைக்கப் படுகிறது. இவ்வர்மம் சிரசின் நடுப்பகுதியில் உள்ளது. இந்த வர்மத்தின் பெயர் வர்ம பீரங்கி சுவடியில் கூறப்பட்டுள்ளது.

"ஆகுமென்ற சிரசுநடு கொண்ட கொல்லி" (வர்ம பீரங்கி-7) என்பது பாடல் வரியாகும். வர்ம சூத்திரத்தில் இந்த வர்மத்தின் பெயர் கூறப்படாமல் உச்சிதனில் உள்ள குழியோரத்தில் அடி இடிகள் படுமானால், உயிருக்கு நாசம் ஏற்படும் எனக் கூறப் பட்டுள்ளது.

ஒரே குணமுடைய மூன்று வர்மங்கள்

செவியின் நேராக உள்ள புறந்தலையில் காணப்படக்கூடிய பெருநரம்பில் ஒரு வர்மம் உள்ளது. இந்த வர்மப் பகுதியின் பெயர் 'ஆதி வர்மம்' என வர்ம பீரங்கி நூலில் கூறப்பட்டுள்ளது. இந்த வர்மம், உச்சி வர்மத்தின் எட்டு விரலின் கீழே உள்ளது.

சுளியாடி வர்மப் பகுதியின் கீழ் ஒரு வர்மப் பகுதி உள்ளது இந்த வர்மத்தின் பெயர் 'பொற்சைக் காலம்' என வர்ம பீரங்கி நூலில் கூறப்படுகின்றது.

சிரசு வட்டத்தில் காணப்படுகின்ற பெருமூளை காணப்படும் பகுதியில் ஒரு வர்மப் பகுதி உள்ளது. இந்த மூன்று வர்மங் களிலும், அடியிடிகள் கொண்டு காயம் ஏற்படுமானால் உயிர் பிழைக்காது.

இந்த மூன்று வர்மங்களும், ஒரு மாத்திரை அளவிலிருந்து சற்றுக் குறைவாக ஏற்படுமானால், காயத்தை ஆற்றும் மூலிகை களை அரைத்துப் பூசியும், திருமேனி எண்ணெயினைப் போட்டும், தவிட்டினை வறுத்துக், கிழியாகக் கட்டி, தாங்கக்கூடிய சூட்டுடன் ஒத்தல் கொடுக்கவேண்டும். கை முறையையும், செய்முறையையும் அறிந்து இந்த வர்மத்திற்குச் சிகிச்சை அளிக்கவேண்டும்.

முதுகு வரியிலுள்ள வர்மங்கள்

சிரசு வட்டத்திலுள்ள தொடுவர்மங்களில் சிலவற்றைக் கூறிய இந் நூலாசிரியர், அதன் பின்பு, புட்டிக்கு மேலே கண்டத்தின் கீழாக உள்ள முதுகுப் புறத்தில் அமைந்துள்ள வர்மங்கள் பற்றிக் கூறுகின்றார்.

மனித உடலில், சுளியாடி என்ற வர்மம் காணப்படுகிறது. இந்தச் சுளியாடி வர்மம் மேல் சுளியாடி வர்மம், கீழ்ச் சுளியாடி வர்மம் என்று இரண்டாகப் பகுக்கப்பட்டுள்ளது. மேல் சுளியாடி வர்மம் பிடரி வர்மத்திற்குச் சற்றுக் கீழே அமைந்துள்ளது. கீழ்ச் சுளியாடி வர்மம் முதுகுத் தண்டு மூலத்தோடு இணையும் பகுதியில் உள்ளது. விளக்கமாகக் கூறினால் முதுகுத் தண்டின் மேல்பகுதியில் மேல் சுளியாடியும், முதுகுத் தண்டின் கீழ்ப் பகுதியில் கீழ்ச் சுளியாடியும் உள்ளன. இந்த இரு சுளியாடி வர்மங்களுக்கும் இடைப்பட்ட முதுகுப் பகுதியில் உள்ள வர்மங்களை இந்நூலாசிரியர் வகைப்படுத்திக் கூறுகின்றார்.

மேல் சுளியாடி வர்மத்திற்குச் சற்றுக் கீழே, வலது பக்கத்தில் கைப்புட்டி எலும்புக்கு அருகில் ஒரு தொடு வர்மப் பகுதி உள்ளது. இந்த இடத்தில் அடி இடிகள் பட்டதானால், ஆறு நாட்களில் கை விளங்காமல் ஆகிவிடும்; இருமல் தோன்றும். இந்த வர்மத்தினைப் போக்கக் காயத் திருமேனி என்று கூறப்படும் எண்ணெயினை உடலில் நன்றாகப் போட்டு ஒரு துணியில் ஆமணக்கு இலையை வைத்து, அதன் மேல் அரிந்த ஈருள்ளி, தேங்காய்ப் பூ ஆகிய வற்றைப் பரப்பி, இதனைச் சூடுபடுத்திய வெள்ளைக் கல்லின் மேல் தைத்து, துணியைப் பொதிந்து, ஒத்தல் கொடுக்கவேண்டும் இவ்விதம் செய்தால் சுகம் பெறுவான்.

அதனை அடுத்தும் ஒரு தொடு வர்மப் பகுதியினை ஆசிரியர் கூறுகின்றார். சுளியாடி வர்மத்தின் கீழே, கைப்புட்டி எலும்பின் அருகில் காணப்படுகின்ற, கம்கூட்டுப் பகுதியில் ஒரு வர்மம் உள்ளது. இந்த வர்மப் பகுதியினை வர்ம பீரங்கி நூல் கரகூட்டு வர்மம் எனக் குறிப்பிடுகின்றது. கரத்தின் கூடாக இப்பகுதி விளங்கு வதால் இவ்வர்மம் இப்பெயர் பெற்றது. இந்த வர்மப் பகுதியில் அடியிடிகள் கொண்டால் உடம்பெல்லாம் துடிக்கும், இருமும்போது இரத்தம் வெளியே வரும். இந்த வர்மம் தீரத் திருமேனி எண்ணெயினைப் போட்டு முன் சொன்ன ஒத்தல் கொடுக்க வேண்டும். வர்மக் கசாயத்தினை உள்ளுக்கும் கொடுக்கலாம். பத்தியம் தவறக் கூடாது. விரும்பியவற்றையெல்லாம் உண்ணக்கூடாது.

அடுத்தாற்போல் ஒரு தொடு வர்மத்தினை ஆசிரியர் கூறுகின்றார். இந்த வர்மம் இடுப்புப் புட்டியின் மேல் பகுதியில், மேல் சுளியாடி வர்மத்தின் கீழே உள்ளது. விளங்கக் கூறினால், இந்த வர்மம், முதுகு வரியின் நடுப் பகுதியில் உள்ளது. இந்தப் பகுதியில் அடியிடிகள் கொண்டதானால், இரண்டு வாரத்திற்குள் பேசமுடியாதபடி இருமல் தொடர்ந்து வந்துகொண்டே இருக்கும். இதனால் சயநோய் உண்டாகும். இந்த வர்மம் கொண்ட பிறகு சரியான சிகிச்சை செய்யாவிட்டால், உயிராபத்தும் நேரிடலாம். இந்த வர்மத்திற்குரிய எண்ணெய், குளிகை, கசாயம், தைலம் அனைத்தும் பின்னால் கூறப்பட்டுள்ளன.

கண்டம் முதல் அடிவயிறு ஈறாய் உள்ள வர்மங்கள்

நெஞ்செலும்புகள் இணையும் பகுதி 'அனுமார் முடிப்பு' எனப்படும். இந்த அனுமார் முடிப்பில் காணப்படும் வர்மம் கூம்பு வர்மமாகும். இந்தக் கூம்பு வர்மப் பகுதிக்கும் தொண்டைக்கும் இடையே உள்ள நடுப்பகுதியில் ஒரு வர்மம் உள்ளது. அந்தப் பகுதியில் அடியிடிகள் கொண்டால் ஆறு நாட்களுக்குள் கபம் தோன்றும், வாய் பேச முடியாதபடி ஆகிவிடும். காய்ச்சல் உண்டாகும். தலை சுழன்று மயங்கிக் கீழே விழுந்து விடுவான். இரத்த வாந்தி ஏற்படும். இந்த வர்மத்தில் மாத்திரை அளவு மீறி அடி பட்டதானால் பிழைக்க மாட்டான் என்று கூறி வைத்தியர்கள் கைவிட்டுவிடுவர். இந்த வர்மத்தில் அடிபட்டு, நாக்குழறாது இருந்தால் மட்டுமே சிகிச்சை செய்ய வேண்டும். இதற்குரிய எண்ணெய், தைலம், குளிகை, சூரணம் பின்னால் கூறப்பட்டுள்ளன. இந்த வர்மத்தின் பெயர் 'கதிர் வர்மம்' என வர்ம பீரங்கி நூல் கூறுகின்றது.

இந்த நூலாசிரியர் 'எட்டு முக வர்மம்' என்றதோர் வர்மத்தினைக் குறிப்பிடுகின்றார். இந்த வர்மம் மார்புப் பகுதியில் இருந்து இரு விரலுக்கு மேலே காணப்படுகிறது. கூனெலும்பு என்று கூறப்படும் காரை எலும்புக்குக் கீழே காணப்படுகிறது. இந்த வர்மப் பகுதியில் அடிபடுமானால் எட்டு வர்மம் கொள்ளுமாம். எனவே இவ் வர்மப் பகுதிக்கு 'எட்டு முக வர்மம்' என்ற பெயர் ஏற்பட்டது. இந்த வர்மத்தில் அடியிடிகள் கொண்டால் வெள்ளீரல் பகுதியில் இரத்தம் வந்து கட்டிக் கொள்ளும். உடம்பில் மனிதனுக்குத் தேவையான சூடு அதிகமாகிக் காய்ச்சல் உண்டாகும். மல்லாந்து படுக்க முடியாதபடி, காய்ச்சல் அதிகமாகும்.

இந்த எட்டு முக வர்மத்தில் அடிபட்டால், மார்புப் பகுதியில் காணப்படுகின்ற எட்டு வர்மங்களும் பாதிக்கப்படும். இந்த வர்மம் கொண்டால், விசை நரம்பான நாடி நரம்பு (பெருவிரல் கீழ் 2 அங்குலத்தில் இருக்கும் நாடித் துடிப்பறியும் நரம்பு) தாழ்ந்து காணப்படும். இந்த வர்மத்தில் அடிபட்டால் உடம்பெல்லாம் உளைச்சல், சோம்பல் ஏற்படும். உடலில் காணப்படுகின்ற வர்ம நிலைகளெல்லாம் துடிக்கும். உணவு அருந்த முடியாது. இதனால் உடம்பெல்லாம் மெலிந்து போகும். சயரோக நோய் ஏற்படும். இந்த வர்மத்தினை நல்ல முறையில் சிகிச்சை செய்யாவிட்டால், நானூறு நாட்களுக்குள் இறந்து விடுவான். இவற்றிற்குப், பின்னால் கூறப்பட்டுள்ள கசாயம், தைலம், எண்ணெய், குளிகை வகைகளை முறையாகப் போட்டுக் குணப்படுத்த வேண்டும்.

அடுத்து, 'சங்குதிரி' என்ற வர்மப் பகுதியினைக் குறிப்பிடு கின்றார். இரு கைப் புட்டிகளின் இடையே உள்ள தொண்டையில் காணப்படும் குரல்வளைப் பகுதி 'மேல் சங்குதிரி' காலமாகும். கால் புட்டிகள் இடையே முதுகுப் பகுதியின் கீழ்ப் பாகத்தில் காணப்படும் குழிவான பகுதி 'கீழ்ச்சங்கு திரி' காலமாகும். இந்நூலாசிரியர் பொதுவாகச் 'சங்கு திரி காலம்' என்று கூறுகின் றார். இவர் கண்டத்தின் கீழ் உள்ள வர்மங்களைப் பற்றிக் கூறி வருவதால், இவர் கீழ்ச்சங்குதிரி காலத்தினைக் குறிப்பிடுகின்றார் எனக் கொள்வோம்.

இந்தக் கீழ்ச் சங்குதிரி காலத்தின்கண் அடிபட்டால், நீர், மலம், இவை போகாது. கால்கள் நடக்கமுடியாதபடி முடங்கலாகிவிடும். உடலில் உளைச்சலும் சோம்பலும் ஏற்படும். முதுகுத் தண்டு வளைந்து கூன் விழும். திருமேனி எண்ணெயினைப் பூசி ஒத்தடம் கொடுத்து வந்தால் சுகம் கிடைக்கும்.

அத்திச் சுருக்கிக் காலத்திற்கு மூன்று விரலின் மேலே உள்ள முண்டெலும்பில் ஒரு வர்மம் உள்ளது. இந்த வர்மப் பகுதியினை 'முண்டெலும்பு வர்மம்' என 'வர்ம பீரங்கி' கூறுகிறது. இந்த முண்டெலும்புப் பகுதியில் அடியிடிகள் கொண்டால், வயிற்றி னுள்ளே உள்ள குடல் பகுதி கலங்கி விடும். இதனால் பேதி வெளியே தள்ளும். குளிர் சுரம் உண்டாக்கும். மயக்கம் ஏற்படும். இந்த வர்மம் தீர, முண்டெலும்பின் நேர் பின்னால் உள்ள முதுகுப் புறப் பகுதியினை மெதுவாகத் தடவி விட்டு, செந்தெங்குக் கசாயத்தை உள்ளுக்குக் கொடுக்க வேண்டும். சுவராதி எண்ணெயினை அடிபட்ட இடத்தில் பூச வேண்டும். இந்த வர்மம் குணமாகும்.

தொப்புள் பகுதியின் கீழ் இரு விரலில், 'மூத்திரக் காலம். என்றதொரு வர்மம் உள்ளது. இந்த வர்மப் பகுதியில் அடி பட்டால் உணவு செரிக்காது. குடல் பொருமும் (வயிறு ஊதும்)' மூத்திரம் தன் உணர்வின்றிப் பாயும். உடம்பெல்லாம் திமிர் போலாகும் (மரத்துப் போனது போல் காணப்படும்). இந்த வர்மத்தை இளக்குவதற்கு, மூத்திரக் காலத்தின் நேர் பின்னே முதுகுப் புறத்தில் புட்டிக்கு மேலே உள்ள முதுகு வரியில் கால் மடக்கித் தட்ட வேண்டும். பின்பு முதுகு நெஞ்சு இவற்றைத் தடவி விட வேண்டும். உடனே இந்த வர்மம் தீர்ந்து போகும்.

தொப்புளின் நாலு விரல் கீழே இருக்கும் கல்லடைக் காலத்தின் கீழே ஒரு வர்மம் உள்ளது. இந்த வர்மம் சரியாக ஆண்குறியின் மேல் பகுதியில் இருந்து ஒரு விரலின் மேலே உள்ளது. இந்த வர்மத்தின் பெயர் 'வித்து வர்மம்' என்பதாகும். இந்த வர்மத்தில் அடிபட்டால் ஆண்குறியில் நீர் கட்டும். அதோடு நீர்த்தரிப்பு உண்டாகி மூத்திரம் துளித் துளியாகக் கீழே விழும். இந்த வர்மம் தீர்வதற்கு ஏலாதி கசாயம் போட்டு உள்ளுக்குக் கொடுக்க வேண்டும். இந்த வர்மம் இளகுவதற்குக் கல்லடைக் காலத்திற்குக் கூறப்பட்ட இளக்கு முறை செய்வதோடு, கல்லடைக் காலத்திற்கு ஓத வேண்டிய மந்திரத்தையும் சரியாக ஓதவேண்டும். இவ்வாறு செய்தால் இந்த வர்மம் இளகும்.

இந்த வர்மத்தினை அடுத்து அண்டக்காலம் என்றதொரு கொடிய வர்மம் உள்ளது. இந்த வர்மம் மூலத் துவாரத்திற்கும், விதைப் பைக்கும் இடையில் உள்ளது. இந்த வர்மத்தில் அடியிடிகள் கொண்டால், அடிவயிற்றின் உட்பகுதியில் வேதனை ஏற்படும். நீர்த்தரிப்பு ஏற்படும். வயிறு ஊதும், மலங்கழியும்போது இரத்தமும் சேர்ந்து வரும். விழியானது பிதுங்கிக் காணப்படும். இந்த வர்மத்தினைப் போக்க, சுக்கினை நாசி, செவித் துவாரங்களில் ஊதி, சுக்குக் கசாயம் செய்து உள்ளுக்குக் கொடுக்கவும். அதன் பிறகு அடிபட்ட ஆளைத் தூக்கிவிட்டு, கைகால்களை உதறும்படிக் கூற வேண்டும். பின்பு இந்த வர்மம் இளகிச் சுகம் கிடைக்கும்.

பிடரியின் அருகில் பெருநரம்பின் (முதுகுத் தண்டு) ஆரம்பப் பகுதியில் மேல் சுளியாடி வர்மமும், முதுகுத் தண்டின் முடிவுப் பகுதியில், கீழ்ச்சுளியாடி வர்மமும் உள்ளன. இந்த மேல் சுளியாடி வர்மம் கொண்டால், குளிர் காய்ச்சல் ஏற்படும். இந்த வர்மம் மிகக் கடினமான வர்மம். இந்த வர்மத்தில் அடிபட்டால்

பைத்தியம் ஏற்படும். இந்த வர்மம் அமைந்துள்ள பகுதியையும், இதில் அடிபட்டால் ஏற்படும் விளைவையும் 'வர்மத் திறவுகோல் பதினாறு' என்ற நூல் விளக்கமாகக் கூறுகிறது. இந்த நூலும், வர்ம சூத்திர நூலாசிரியர் எழுதியதே. இந்த 'வர்மத் திறவுகோல் நூலும், ஏட்டு நிலையிலே சென்னைக் கீழ்த்திசைச் சுவடி நூலகத்தில் உள்ளது. வர்மத் திறவுகோல் என்ற நூல் சுளியாடி வர்மம் பற்றிக் கீழ் வருமாறு கூறுகின்றது.

''தாய்வழியாய் உச்சிமுடி தன்னில் நின்று
தப்பாமல் பதினொன்று விரலில் தானே
காய்பழுத்த கனிபோலே கடுகளவு வீதி
கைகாட்டிக் குருமுறையாய் தலத்தைக் கண்டால்
நாய்போல அலைவானே சீவன் போக''

— வர்ம திறவுகோல், 10

இப்பாடல் வரியில் மேல் சுளியாடி வர்மம் கூறப்பட்டுள்ளது. சரியாக உச்சியில் இருந்து 11 விரலின் கீழே இந்த வர்மம் அமைந்துள்ளது. இந்த வர்மத்தின்கண் அடிபட்டால் பைத்தியம் ஏற்பட்டு நாய்போல அலைவான் என ஆசிரியர் கூறுகின்றார். இந்தச் சுளியாடி வர்மம் கொண்டவர்களுக்குக் கிரிசாத்துக் கசாயத்தினை உள்ளுக்குக் குடிக்கக் கொடுக்கவேண்டும். அதுமட்டுமில்லாமல் சுவராதி எண்ணெயினைப் போட்டு இதமான சூட்டில் ஒத்தல் கொடுக்க வேண்டும். இந்த வர்மம் தீர்ந்து போகும். இந்த வர்மம் தீர்வதற்கு இளக்குமுறை செய்த பின்னர் ஏப்பம் விடுவானானால், இந்த வர்மம் இளகவில்லை என்பதைப் புரிந்து வர்மானிக் குளிகையினை, கிரிசாத்துக் கசாயத்தில் உரைத்துக் கொடுக்க வேண்டும். இப்படிக் கொடுத்தால், இந்த வர்மம் இளகிச் சுகம் கிடைக்கும்.

உள் வர்மங்கள்

பூண்டெல் வர்மம்

மண்டையோடு மூன்று துண்டுகளாக உள்ளன. இரு செவிகளின் நேர் மேலே மண்டையோட்டின் பொருத்து ஒன்று உள்ளது. மண்டையோட்டின் நடு உச்சியில் இருந்து பிடரிநோக்கி நேர் கீழே பொருத்து ஒன்று உள்ளது. மண்டையின் உச்சியில் இந்த இரு பொருத்துகளும் இணைகின்றன. இந்தப் பொருத்துப் பகுதியில் காணப்படும் வர்மமே 'பூண்டெல் வர்மமாகும். இந்தப் பகுதியில் அடிபடுமானால்,

மண்டையோட்டின் உள்ளேயுள்ள மூளை பாதிக்கப்பட்டு,உள்வர்மம் கொண்டு மூளை சம்பந்தமான நோய்கள் உண்டாகும். அதோடு, எப்போதும் தலைவலி இருந்து கொண்டே இருக்கும். மூக்கிலிருந்து சளி அதிகமாக வடிந்து கொண்டே இருக்கும். (பீனிச நோய்) உடம்பில் இருந்து கெந்தக நாற்றம் வீசும். இந்த வர்மம் தீருவதற்குச் சுக்கெண்ணெயினை மூன்று நாள் நாசிக்கு ஊற்ற வேண்டும் வல்லாரை என்ற மூலிகையை அரைத்துச் சாறுபிழிந்து உள்ளுக்கும் கொடுத்து வெளியிலும் பூச வேண்டும். வர்மக் கசாயங்களையும் உள்ளுக்குக் கொடுக்கலாம்.

குருந்து குத்தி

செவியின்கண்ணே உள்ள செவித் துவாரத்தினுள் குருந்து என்ற பகுதி உள்ளது. இந்தப் பகுதியில் அடிபட்டால் உள்வர்மம் ஏற்படும். இந்த வர்மம் கொண்டவுடன் சன்னி தோன்றும்; கபம் தோன்றும்; இந்த வர்மம் கொண்டவன் ஒரு மாதத்தில் மரணமடைவான். இந்த வர்மத்தில் அடிபட்ட மாந்தரைப் பிழைக்கவைக்க 'தீத்தைலம்' என்ற தைலத்தை செவியில் ஊற்ற வேண்டும். இத்தைலத்தை உடம்பிலும் பூச வேண்டும். பல நாள் தொடர்ந்து செய்துவர இந்த வர்மம் தீர்ந்து சுகம் அடைவான்.

காரீரல் வர்மம்

வெள்ளீரல் இருக்கும் பகுதியின் அருகில் காரீரல் உள்ளது. இந்தக் காரீரல் இருக்கும் பகுதியில் அடியிடிகள் கொண்டால், உள்வர்மம் கொண்டு பெருவிரலின் கீழே இரண்டு அங்குலத்தில் காணப்படும். நாடித்துடிப்பு அறியப் பயன்படும் நரம்பு தளர்ந்து மேலே எழும்பி வில் போல, வெளியேதெரியும்படிக் காணப்படும். உடம்பெல்லாம் விரைத்துக்காணப்படும். இந்தவர்மத்தில் மாத்திரை மிஞ்சி அடி கொண்டால் அரை மணியில் உயிர் பிரியும். இந்த வர்மத்தில் அடி கொண்டால் பிழைப்பது கடினம். எனவே இந்த வர்மத்தினை அசாத்திய காலம் என இந்நூலாசிரியர்கூறியுள்ளார்.

அலவாடி வர்மம்

மனிதனது கீழ் நாடியானது அலவு என்று அழைக்கப் படுகிறது. நாம் உணவு சாப்பிடும்போது உணவினை வாயில் வைத்து மென்று தின்பதற்கு வசதியாக இந்த அலவுப் பகுதி அசைந்து கொடுக்கின்றது. இந்த அலவுப் பகுதி காதுகளின் சற்றுக் கீழ்ப்பகுதியில் முடிவடைகின்றது. அந்த

அலவுப் பகுதி முடியும் பகுதியில் ஒரு வர்மம் உள்ளது. இந்த வர்மத்தின் பெயர் அலவாடி என்று அழைக்கப்படுகின்றது. இந்த வர்மத்தில் அடியிடிகள் கொண்டால், ஒரே நாளில் வாய் கோணும், வாய் பிளந்து அண்ணாந்து காணப்படும். பெரிய நரம்புகளெல்லாம் சிறுத்துக் காணப்படும். இந்த அலவாடி வர்மம் தீர்வதற்கு முக்கூட்டெண்ணெயினை இட்டுத் தேய்த்து விடவேண்டும். அதோடு இந்த எண்ணெயினை நாசியில் ஊற்றி நசியம் செய்தல் வேண்டும். இவ்வாறு செய்தால் இந்த வர்மம் இளகிச் சுகம்பெறுவான்.

விலங்கு வர்மம்

கழுத்தின் கீழே வல, இடப் பக்கங்களில் நெஞ்சின் மேல் பகுதியில் காணப்படும் பெரிய எலும்பு காரை எலும்பு எனப்படும். இந்தக் காரையெலும்பை ஒட்டிச் சுழிவான பகுதியொன்றும் காணப்படுகின்றது. இந்த வர்மப் பகுதியில் குத்து, இடிகள், நசுங்கல் கொண்டால் கையைத் தூக்க முடியாதபடி கட்டிப் போட்டது போன்று காணப்படும்.

இந்த வர்மப் பகுதியே 'விலங்கு வர்மம்' என்று அழைக்கப்படுகிறது. விலங்கு என்பது குறுக்கானது என்ற ஒரு பொருள்படும். இந்த வர்மம் மார்பின் மேல்பகுதியில் குறுக்காக அமைந்துள்ள காரை எலும்பில் அமைந்துள்ளதால், இந்த வர்மம், விலங்கு வர்மம் எனப் பெயர் பெற்றது எனக் கொள்ளலாம். இந்த விலங்கு வர்மத்தினைப் போக்கக் காயத்திருமேனி எண்ணெயினைப்போட்டு இளஞ்சூட்டில் ஒத்தல் கொடுத்தால் சுகம் கிடைக்கும்.

புய வர்மம்

காரையெலும்பின் இறுதிப் பகுதியில், கை புயத்தில் புயவர்மம் உள்ளது. இந்த வர்மம் கொண்டால், கையானது தூக்க முடியாதபடி கூச்சமாகி விடும் (உணர்வற்று விடும்). அடிபட்ட புயத்தில் வீக்கம் உண்டாகும். கையினைத் தூக்க முடியாது. தூக்கம் வராது. இந்த வர்மத்தில் அடிபட்டவுடன், திருமேனி எண்ணெயினைப் போட்டுத் தடவ வேண்டும். இவ்வாறு தொடர்ந்து மூன்று நாள் தடவ வேண்டும். இந்த வர்மம் தீர்ந்து சுகம் கிடைக்கும். இதோடு வர்மக் குளிகை, வர்மக்கசாயம் இவற்றை பத்தியம் தவறாமல் அருந்துதல் நலம்.

சுளுக்கு வர்மம்

கைமுட்டெலும்பின் மத்திய பாகத்தில் காணப்படுகின்ற நரம்பில் (புய எலும்பும் காரையெலும்பும்இணையும் பகுதியிலுள்ள

மூட்டெலும்பின் நரம்பு) ஒரு வர்மம் காணப்படுகின்றது. இந்த வர்மம், சுளுக்கு வர்மம் என்று அழைக்கப்படுகிறது. காரணம் இந்த வர்மத்தில் அடிபட்டால் கையின் நடுவிரல் சுளுக்கிக் கொள்ளும். எனவே இவ்வர்மம் இப்பெயர் பெற்றது. இந்த வர்மத்தில் தாக்குதல் ஏற்பட்டால், கையின் மத்திய பாகத்தில் நடுவிரலுக்கு வருகின்ற நரம்பைத் தடவிக் கொடுத்து, பின்னர் ஒவ்வொரு விரலையும் நெட்டி வாங்க (சொடுக்கு விட) வேண்டும். நடுவிரல் சொடுக்கு விட்டால், வர்மம் இளகி விட்டதென்று எண்ண வேண்டும்.

முட்டு வர்மம்

கையின் நடுப்பகுதியின் (முழங்கைப் பகுதியில்) மேல் பாகத்தில் உள்ள குழிவான பகுதியில் காணப்படும் வர்மம் முட்டு வர்மமாகும்' முட்டு வர்மப் பகுதி இருக்கும் இடத்தினை வர்ம பீரங்கி நூல் கீழ் வருமாறு சுட்டுகின்றது.

''முட்டுக்குழி மடக்கில் முட்டு வர்மம்''

— வர்ம பீரங்கி 16

இந்த வர்மப் பகுதியில், அடியிடிகள் ஏற்படுமானால் கரமானது உணர்ச்சி குன்றி விடும். விறுவிறுத்து நோவு பெருகி வீக்கம் உண்டாகும். மூட்டுப்பகுதியில் உள்ள சதைப் பகுதியில் இரத்தம் நீங்கி, நீர் கட்டும். இந்த வர்மப் பகுதியில் அடிபட்டால் வல்லாரை மூலிகையினை இடித்துச் சாறு எடுத்து உள்ளுக்கும் கொடுத்து உடம்பிலும் பூச வேண்டும். பின்பு, கரத்திலுள்ள நரம்புகளை இடமறிந்து தடவி விட்டுப் பின் நெட்டி வாங்க வேண்டும்.

மொயிழின் வர்மம்

வர்ம பீரங்கி என்ற நூல் இந்த வர்மப் பகுதியினை 'மொழிப் பிறைக் காலம்' எனக் கூறுகின்றது. மணிக்கட்டுப் பகுதியின் கீழ் ஐந்து விரல்களும் இணையும் பகுதியான மொழியில் இந்த வர்மம் காணப்படுகின்றது. இந்த மொழி வர்மத்தில் தாக்கம் ஏற்பட்டு இந்த வர்மம் கொண்டால் அசைகின்ற மொழிப் பகுதியில் வீக்கம் உண்டாகும். அடிபட்ட இடத்தில் காயம் ஏற்படும். மொழியின் கண் உள்ள முண்டெலும்பு முறிந்து விடும். வலி தாங்கமுடியாமல், அடிபட்டவன் படுத்திடுவான்.

இந்த வர்மத்தினைக் குணமாக்க, அழுக்கில்லாத பழந்துணி யினை எடுத்து முறிந்த பகுதிகளைச் சீர்படப் பொருத்தி வளையஞ் சுற்ற வேண்டும். அந்த நோயாளிக்கு வல்லாரை மூலிகைச் சாற்றினைப் பிழிந்து குடிக்கக் கொடுக்க வேண்டும். வளையஞ்

சுற்றப்பட்ட இடத்தில் முறிவெண்ணெய்யினை ஊற்ற வேண்டும் புண்ணெல்லாம் ஆறும் வரை முறிவெண்ணெய்யினை ஊற்ற வேண்டும். சில நாட்களில் இந்த வர்மம் குணமாகிவிடும்.

மணிபந்த வர்மம்

முழங்கையின் நடு மையத்தில் உள்ள பகுதியான மணிக் கட்டில் இருக்கும் வர்மம் மணிபந்த வர்மமாகும். இந்த மணிக் கட்டுப் பகுதி முறிந்ததானால், பன்னிரண்டு நாட்களுக்குள் மரண மடைவான். இந்த வர்மத்தினைச் சுகப்படுத்த முறிந்த மணிக்கட்டு எலும்பினை, சீர்படப் பொருத்தி அளவான நான்கு சீளியினை (4 மூங்கில் கம்பு) எலும்பு பொருத்து மாறிவிடாதபடி வைத்து; அந்தச் சீளியினைத் தாளி சாறு விட்டறைக்கப்பட்ட உலுவா விதை பரப்பப்பட்ட துணி கொண்டு சுற்றி, அந்த வளையத்தில் முறிவெண்ணெய்யினை விட்டு வர வேண்டும். வல்லாரைச் சாற்றினை உள்ளுக்குக் குடிக்கக் கொடுக்க வேண்டும். சில நாட்களில் எலும்பு பொருந்திச் சீர்பட்டுக் குணமடைவான்.

துதிக்கை வர்மம்

இரேகைகள் நிறைந்த கைப் பகுதியினை வர்ம சூத்திர நூல் வெள்ளை எனக் குறிப்பிடுகிறது. அன்னத்தை அள்ளி அருந்த உதவும் கைப்பகுதி வெண்ணிறமாக உள்ளதால் இது வெள்ளை என அழைக்கப்படுகிறது. இந்தக் கை வெள்ளைப் பகுதியின் அருகில் காணப்படும் வர்மம் துதிக்கை வர்மமாகும். இந்த வர்மத்தின் பகுதி, உள்ளங்கையில் இருந்து சரியாக நான்குவிரல் (மணிக் கட்டை நோக்கி) மேலே உள்ள மத்திய பாகத்தில் காணப்படும் வளைவில் காணப்படுகின்றது.

இந்த வர்மத்தில் அடிபடும்போது கணீரென்று ஓசை எழும்பினால், கண் பிசகும். தேகம் விரைத்துக் காணப்படும்; தளர்ச்சை யுண்டாகும். இந்த வர்மம் தீர மணிபந்த வர்மத்திற்குச் செய்தது போன்று, துணி வளையம் சுற்றி முறிவெண்ணெய் போட வேண்டும். வல்லாரையினைப் பிழிந்து சாறெடுத்துக் குடிக்கக் கொடுக்க வேண்டும். துதிக்கை வர்மத்தில் முறிவு ஏற்படாவிட்டால், எண்ணெய் போட்டுத் தடவி விரல்களை நெட்டிவாங்கினால் குணமாகிவிடும்.

சொர்ண தெட்சணைக் காலம்

உள்ளங்கையில் காணப்படும் வர்மம் சொர்ண தெட்சணைக்

காலமாகும். இந்த வர்மம் ஏற்பட்டால் சீதம் வரும், சன்னி தோன்றும், கபம் தோன்றும். இந்த வர்மத்தில் அடி, மாத்திரை மீறிக் கொண்டால் மரணமடைவான். மூன்றரை நாள்வரை அபாயக் கட்டமாகும். அந்த நாள் கழிந்த பின்னால், உயிர் போகாது. எல்லோரும் ஆச்சரியம் அடையும்படி எழுந்திருப்பான். இந்த வர்மத்தை இளக்குவதற்குத் தென்னை இளநீரில் கசாயம் செய்து உள்ளுக்குக் குடிக்கக் கொடுக்க வேண்டும். இந்த வர்மம் தீர்ந்து போகும்.

கவளிக் காலம்

ஆங்கில 'V' எழுத்து வடிவத்தினைக் கவளி வடிவம் எனலாம். மனிதனது கை விரல்களை விரித்து, இரண்டு இரண்டு விரல்களாகப் பார்ப்போமேயானால் அவை கவளி வடிவத்திலேயே காணப் படுகின்றன. இந்தக் கைவிரல்களின் இடையே உள்ள குழிந்த பகுதியில் இந்தக் கவளி வர்மம் உள்ளது. இந்த வர்மங்களில் தாக்கம் ஏற்பட்டால் உயிராபத்து ஒன்றும் ஏற்படாது. எண்ணெய், ஒத்தல், பூச்சு இவற்றால் குணமடையும்.

இந்த வர்மத்தில் தாக்கம் ஏற்பட்டு. அதனை இளக்காமலே இருந்துவிட்டால், ஓராண்டு கழிந்த பின்னர் கை வெள்ளைப் பகுதியில் வெடிப்பு உண்டாகும். இந்த நோயினைக் குணப்படுத்தக் கருஞ்சீரகத்தை வாங்கி நன்றாகப் பொடித்து, சிவன்வேம்புத் தைலத்தோடு சேர்த்து 40 நாள் வெடிப்புப் பகுதியில் தடவி வந்தால் இந்த வர்மம் தீர்ந்து போகும்.

பதக்கால் வர்மம்

இந்த வர்மத்திற்கு, நரங்கல் வர்மம் என்றும் வேறு பெயர் உள்ளது. இந்த வர்மம் ஆண்குறிக்கும் தொடைக்கும் இடையில் காணப்படுகின்றது. காலில் காயம் ஏதேனும் ஏற்பட்டால், நெறி கட்டும் பகுதியில் இவ்வர்மம் காணப்படுகிறது. இந்த வர்மத்தில் அடிபட்டால் கால்கள் நடக்க முடியாதபடி பக்கவாதம் உண்டாகும். இந்த வர்மத்தினைக் குணமாக்க எண்ணெய், ஒத்தல், பூச்சு, கசாயம் இவற்றைப் பயன்படுத்த வேண்டும்.

துண்டு வர்மம், நொடி வர்மம், ஆமைக் காலம்

துண்டு வர்மம் கால்தொடைப் பகுதியில் நடுவில் அமைந்துள்ளது. இந்தப் பகுதியில் அடிபடுமானால் தொடையெலும்பு துண்டாகி விடும். எனவே இவ்வர்மத்திற்கு இப்பெயர் வந்திருக்கலாம்.

இந்தத் துண்டு வர்மத்திற்கும் தொடையின் அடிப்பகுதிக்கும் இடையில் நொடி வர்மம் என்றொரு வர்மம் உள்ளது. இந்த இடத்தில் அடிபட்டாலும் எலும்பு ஒடிய நேரிடும். இந்த நொடி வர்மம் பதக்கால் வர்மத்திற்கும், கால்மூட்டுக்கும் இடையே உள்ள நடுப்பகுதியில் உள்ளது.

தொடை முதுகுப் பகுதியில் (அடிப்பகுதியில்) ஆமைக் காலம் என்றொரு வர்மம் உள்ளது. இந்த வர்மம் நொடி வர்மத்திற்குச் சற்றுக் கீழே காணப்படுகிறது.

தொடைப் பகுதியில் காணப்படுகின்ற இந்த மூன்று வர்மங்களுக்கும் குணம் ஒன்றேயாகும். இந்த மூன்று வர்மத்தில் எந்த வர்மம் கொண்டாலும் கால்கள் நடக்க முடியாது. இந்த வர்மத்திற்கு, நூலில் கூறப்பட்டுள்ள எண்ணெய், தைலம், கசாயம், குளிகை ஆகியவற்றை முறையாகப் பயன்படுத்தி வரச் சுகமடைவான்.

ஒரு குணமுடைய ஆறு வர்மங்கள்

கால் முட்டுப் பகுதியில் அமைந்துள்ள வர்மம் முட்டு வர்மமாகும். அதாவது முழங்கால் ஊன்றி இறைவனைத் தொழும்போது, தரையில் ஊன்றப்படும் பகுதியினை ஒட்டி இந்த வர்மம் உள்ளது. இந்த வர்மத்தில் அடிபட்டால் ஏற்படும் விளைவினை வர்ம பீரங்கி நூல் கூறுகின்றது. முட்டுப் பகுதியிலுள்ள செரட்டைப் பாகம் (முழங்கால் ஊன்றும்போது தரையில் பதியும் பாகம்) இயல்பாக இருக்கும் இடத்தை விட்டு நகன்று போகும். பொறுக்க முடியாத வேதனை உண்டாகும். போதக்கேடு உண்டாகும், தளர்ச்சையாகும். சிரட்டைப் பகுதியினைச் சீராக முன்பு இருந்த இடத்தில் பொருத்தி, தாளிச் சாற்றில் அரைக்கப்பட்ட உலுவாவிதைப் பசையினைத் துணியில் தோய்த்துக் கட்டி, முறி வெண்ணெயினைப் போட்டு வரக் குணமாகும்.

"உகத்திடவே முட்டு வர்மம் கொண்டு தானால்
உத்தமனே சிரட்டையது நகண்டு போகும்
புகழ்ந்திடவே விதனமது பொறுக்க வொண்ணாது
போதமது கெட்டுவிடும், தளர்ச்சை யாகும்
மகிழ்ந்திடவே சிரட்டையது வலித்து நேரே
வைத்துமேல் பசைபெருகப் பற்றுப் போட்டு
இகழ்ந்திடவே செய்துபின்னே பின்னும் தானே
எண்ணெயிட்டுக் கைபாகம் இதமாய் செய்யே

— வர்ம பீரங்கி, 84.

முட்டு வர்மப் பகுதியின் வல இடப்பக்கங்களில் மூன்று விரலில் (முட்டு வர்மத்தில் இருந்து மூன்று விரலில்) பக்க வர்மம் அமைந்துள்ளது. இந்த வர்மம், முட்டினது பக்கவாட்டில் அமைந்துள்ளதால் இப்பெயர் பெற்றது எனலாம்.

அடுத்து 'அசகுதிரி' என்ற வர்மத்தினைக் கூறுகிறார். இந்த வர்மம், முட்டுப்பகுதியின் நேர் பின்புறத்தில் அமைந்துள்ளது. இந்த இடத்தில் அடிபட்டால், கால் அசைக்க முடியாதபடி ஆகி விடும். அசையும் பகுதி திரிந்து விடுவதால் இவ்வர்மத்திற்கு இப் பெயர் வழங்கியது.

அடுத்துக் கண்ணு வர்மத்தைக் கூறுகின்றார். இந்த வர்மம் முட்டுப் பகுதியினை அடுத்துக்காணப்படுகின்றது. காலினை மடக்கி வைத்துக்கொண்டு பார்த்தால் முட்டினை அடுத்துச் சற்றுக் கீழே இருபக்கங்களிலும், இரண்டு கண்கள் போன்ற சற்றுக் குழிந்தபாகம் தென்படும் இந்தப் பகுதியே கண்ணு வர்மமாகும்.

கண்ணு வர்மத்தினை அடுத்துள்ள கீழ்ப்பகுதியில் சரியாக இருவிரலில் 'நாய்த்தலை வர்மம்' காணப்படுகின்றது.

இதனை அடுத்து 'குளிர்ச்சி வர்மம்' என்றதொரு வர்மத் தினைக் கூறுகின்றார். இந்த வர்மம் தொடையின் அடிப்பகுதியில் காணப்படுகின்றது. முட்டின் நேர் பின்புறத்தில், அடித் தொடை யில் ஒரு பெரிய நரம்பு உள்ளது. இந்த நரம்புப் பகுதியில் அடிகள் கொண்டால் வர்மம் ஏற்படும். இந்த வர்மப்பகுதியே குளிர்ச்சி வர்மம் ஆகும்.

இந்த ஆறு வர்மமும் முட்டுப்பகுதியினைச் சுற்றியே காணப் படுகிறது. இந்த ஆறு வர்மங்களிலும் அடிகொண்டால் மரணம் அடைய நேரிடும். இல்லையென்றால் முடவனாக மாறுவான். விசமுஸ்டி தைலம் என்றதொரு தைலத்தினை இந்த வர்மங்களுக் குப் போட்டுத் தடவ இந்த வர்மங்கள் மாறிச் சுகம் பெறுவான்.

குதிரை முக வர்மம்

இந்த வர்மம் முழங்கால் பகுதியின் நடுவில் காணப்படுகிறது. கால் முட்டுப் பகுதிக்கும், பாதத்திற்கும் இடையே காணப்படுகின்ற எலும்புப் பகுதியில் இந்த வர்மம் காணப்படுகிறது. இந்த வர்மத்தில் அடிபட்டால் ஏற்படும் விளைவுகளைப் பற்றியும், அதைப் போக்கும் முறைகளைப் பற்றியும், வர்ம பீரங்கி என்ற நூல் விரிவாக விளக்கிச் சொல்கிறது. குதிரை முகக் காலம் கொண்டால் அடிபட்ட இடம்

வீங்கும். சன்னி உண்டாகும். சூலை நீர் கட்டும். சூலை நீரினைப் போக்க 'பட்ட சூரணம்' என்ற சூரணத்தினை உண்டு வரவேண்டும். அடிபட்ட இடத்தில் என்ணெய், ஒத்தல், பூச்சு இட்டு வந்தால் சுகம் கிடைக்கும். — வர்ம பிரங்கி, 63 ஆம் பாடல்.

வர்ம சூத்திர நூல் இது பற்றிக் கூறுவதை காண்போம். இந்த வர்மப் பகுதியில் அடிபட்டால், அசாத்தியமாகிக் கீழே விழுந்து விடுவான். அடிபட்ட இடத்தில் புண் புரைகள் உண்டாகும். அடி பட்ட இடத்தில் உள்ள காயம் ஆறாமல் விரிந்து சென்று சூலைப் புண்ணாகி விடும். இறைவன் கிருபையினால், இந்த வர்மத்தினைப் போக்க விசப்பச்சை எண்ணெயினைப் போட்டு வரவேண்டும்.

கொம்பேறி வர்மம்

குதிரை முக வர்மப் பகுதியின் நாலு அங்குலத்தின் கீழே காணப்படும் வர்மப் பகுதி கொம்பேறி என்ற பெயர் கொண்ட வர்மமாகும். இந்த வர்மப் பகுதியில் அடிபட்டால் உடம்பெல்லாம் வியர்வை தோன்றும். உடம்பில் விசம் ஏறினது போன்ற விருவிருப்பு ஏற்படும்; சன்னி தோன்றும்; தளர்ச்சை ஏற்படும். இந்த வர்மம் தீர்வதற்குத் தீத்தைலத்தினைப் போட்டு வந்தால் விரைவில் சுகம் கிடைக்கும். வர்மக் கசாயத்தினை உள்ளுக்குக் குடித்து உப்பில்லாத கஞ்சி குடித்து வருதல் நன்று.

முடிச்சு மைய வர்மம், கோணச்சன்னி வர்மம்

கொம்பேறி வர்மத்தின் மூன்று விரலின் கீழ்ப்பகுதியில் முடிச்சு மையம் என்ற வர்மம் காணப்படுகின்றது. இந்த வர்மம், பாதமும், முழங்காலும் இணைகின்ற முடிச்சுப் பகுதியில் காணப்படுகின்றது. இந்த முடிச்சுப் பகுதியிலும், குறிப்பாகப் பெரு விரலுக்குச் செல்லுகின்ற நரம்புப் பகுதியில் காணப்படுகின்றது. இந்த வர்மத்தினை அடுத்துக் கோணச்சன்னி வர்மம் காணப்படு கின்றது. இந்த வர்மம் கணுக்காலின் பின்பகுதியில் காணப்படு கின்ற பெரிய நரம்பில் காணப்படுகின்றது. இந்த வர்மப் பகுதியில் வர்மம் ஏற்பட்டால் சன்னி ஏற்படும். முகத்தை ஒரு பக்கமாகத் திருப்பிக் கோணச்செய்யும். சரீரமெல்லாம் முறுக்கிக் காணப்படும், நாடித் துடிப்பை அறிய உதவும் நரம்பு தளர்ந்து காணப்படும். வர்மம் பட்ட மூன்று நாளில் இறந்து விடுவான்.

இந்த வர்மம் ஏற்பட்டவுடன், நாடித் துடிப்பை ஆராய்ந்து பார்த்து அதன் குணத்தை அறிந்துகொள்ள வேண்டும். அதன்

பின்னர் வெற்றிப் பச்சிலையான வல்லாரை மூலிகையை இடித்துச் சாறு பிழிந்து உள்ளுக்குக் கொடுத்து வெளியிலும் பூச வேண்டும். நல்லுயிராய் இருந்தால் மட்டுமே பிழைப்பான். இல்லாவிட்டால் மரணமடைவான். இவ்வர்மம் பட்ட இடத்தில் தீத்தைலம் தேய்த்து வருவது மிகவும் நன்று. முடிச்சு வர்ம குணமும், கோணச்சன்னி வர்மமும் ஒன்றேயாகும். முடிச்சு வர்மத்திற்கும், கோணச் சன்னிக்கும் செய்யும் இளக்கு முறையைச் (சிகிச்சை) செய்யவும். சில ஆசான்கள், முடிச்சு மைய வர்மமானது, முதுகுத் தண்டுத் தொகுதி இடம் விட்டு இடம் விட்டு முடிச்சுப் பகுதியாகக் காணப்படும் பகுதியில் உள்ளது என்கின்றனர். வேறு சில வர்ம வைத்தியர்கள், தலையின் பின்புறம், தலை முடிந்து, கழுத்து ஆரம்பிக்கும் பகுதியில், ஓடை போன்று ஒரு பள்ளம் உள்ளது. இப்பகுதியே முடிச்சு வர்மம் என்கின்றனர்.

பாதச் சக்கரம்

கோணச்சன்னி வர்மத்தின் கீழே மூன்று விரலில் பாதச்சக்கரம் என்ற வர்மம் காணப்படுகின்றது. இந்த வர்மம் உள்ள பாதப் பகுதி சக்கர வடிவத்தில் காணப்படுவதால் இந்த வர்மம் பாதச் சக்கரம் எனப் பெயர் பெற்றிருக்க வேண்டும். இந்த வர்மப்பகுதியில் அடிபட்டால் இருபது நாளில் கண் குழிந்துவிடும், இருமல் தோன்றும்; கபம் தோன்றும். இருபது நாட்களுக்குப் பிறகு மேலும் இரண்டு நாள் கழித்துவிட்டால், உயிராபத்து ஏற்படாது. இந்த வர்மத்தினைப் போக்குவதற்கு வல்லாரைப் பச்சிலைச் சாற்றினை உள்ளுக்கும் கொடுத்து வெளியிலும் பூசவேண்டும். அடிபட்ட இடத்தில் உள்ள வேதனை தீர வசை வெண்ணெயினைப் பூச வேண்டும். இந்த வர்மம் தீர்ந்து போகும்.

திட வர்மம்

வெள்ளையான பாதப்பகுதியில் உள்ள பாதச்சக்கர வர்மத்தில் இருந்து நாலு அங்குலம் முன்னே உள்ள பகுதியில் ஒரு வர்மம் உள்ளது. இந்த வர்மப் பகுதி இருக்கும் இடத்தை இன்னும் தெளிவாகக் காணவேண்டுமானால், காலின் பெருவிரல் ஆள்காட்டி விரல் ஆகிய இருவிரலின் இடையே இருக்கும் வர்மப் பகுதிக்கு சற்றுக் கீழே உள்ள வெண்மையான பகுதியில் உள்ளது. இந்த வர்மமே திடவர்மம் ஆகும். இந்த வர்மத்தில் குத்துப்பட்டால் இரத்தக்கட்டு உண்டாகும். உளைச்சல் ஏற்படும். திருமேனி எண்ணெயினை வர்மப் பகுதியிலும், உடலின் எல்லா வசைவு

களிலும் நன்கு தடவி வென்னீரில் குளித்துவர இந்த வர்மம் தீர்ந்து போகும்,

பூழிக் காலம்

'பூழிக் காலம்' என்ற வர்மம் பெருவிரல் நகக் கண்ணில் காணப்படுகின்றது. இந்த வர்மத்தில் அடிபட்டால் பெருவிரல் நரம்பு குன்னிப்போகும். இந்த வர்மம் கொண்டவுடனேயே நோயாளியை இருத்திக் கொண்டு பெருவிரல் நரம்பினைத் தடவி விட்டு, பெருவிரலை நெட்டி வாங்க வேண்டும். வசவெண்ணெயினை நரம் பில் போட்டு நான்கு நாள் தடவி வந்தால் இந்த வர்மம் தீர்ந்து போகும். இந்த வர்மம் கொண்ட ஆளுக்கு வல்லாரைச் சாற்றினை உள்ளுக்கும் குடிக்கக் கொடுக்கலாம்.

அடங்கல் வர்மம்

பாதத்தில் காணப்படும் நடு உள்ளங்கால் பகுதியில் காணப் படும் வர்மம் அடங்கல் வர்மம் எனப்படும். இந்த வர்மப் பகுதி யினை வர்ம பீரங்கி நூல் வெள்ளை வர்மம் எனக் கூறுகின்றது. இந்த வர்மம் ஏனைய வர்மங்களில் அடிபட்டால் இளக்குவதற்கு அடங்கல் பகுதியாகக் (பிறவர்மங்களை இளக்க, இந்த வர்மத்தில் அடங்கல் நரம்பு காணப்படுகின்றது) காணப்படுவதால் இவ்வர்மம் அடங்கல் வர்மம் எனப் பெயர் பெற்றது. இந்த வர்மமே ஏனைய வர்மங்கள் எல்லாம் தீருவதற்கு அடக்கமாகக் காணப்படுகிறது. ஏனைய வர்மங்கள் கொண்ட ஆளை எழுப்ப இந்த அடங்கல் வர்மப் பகுதியைப் பிடித்து அழுத்த வேண்டும். உடனே எழும்பு வான். எல்லா வர்மங்களுக்கும் அடக்கப் பகுதியாக இவ்வர்மம் உள்ளதால், இந்த வர்மத்தினை வர்மங்களின் தாய் என்று இவ் வாசிரியர் கூறுகின்றார். இந்த அடங்கல் வர்மத்தில் மாத்திரைக்கும் மிஞ்சி, தாக்கம் ஏற்பட்டால், அடிபட்ட ஆள் மயக்கமாகி மரண மடைவான்.

மெய்தீண்டாக் காலம்

மெய்தீண்டாக் காலம் என்ற வர்மம், இதற்கு முன் கூறப் பட்ட வர்மங்கள் அனைத்தையும்விட உயர்வானது. இந்த வர்மக்கலையைக் குருமுறை தவறாமல் கற்றுணர வேண்டும். இந்த வர்மக்கலை மூலம் எதிரியின் உடம்பில் அடி, இடி, குத்து, தாக்கு இவை ஒன்று கூட செய்யாமல், எதிரியை வீழ்த்த முடியும். தற்காலத்தில் 'மெஸ்மெரிசம்' என்று அழைக்கப்படக்கூடிய

கலையானது இந்தக் கலையில் இருந்து வளர்ந்த ஒன்றாகத் தான் இருக்க வேண்டும். ஏனெனில் இந்தக் கலை தமிழகத்தில் அகத்தியர் காலந்தொட்டே இருந்துள்ளதாக இந்நூலிலிருந்து அறிகிறோம். அகத்தியர் எழுதிய வெற்றி நூலின்கண் இதன் பெருமை அடங்கி இருந்ததாகவும், அந்நூலில் கூறப்பட்டுள்ள அரும்பொருளை அறிவிலிகள் அறிந்து கொள்வது கடினம் என்ற பொருள்பட வர்ம சூத்திர நூலாசிரியர் பாடல் வரி ஒன்றில் கூறியுள்ளார். இதைக் கீழே காணலாம்.

''அச்சுதனும் அரசனும் அறியா மூடர்
அகத்தியனால் வெற்றிநூலை அறிவதருமை தானே''
—வர்ம சூத்திரம், 87

மெய்தீண்டாக் காலத்தினைக் கற்றுணர்ந்து ஆசானாய் மாற வேண்டுமாயின் அடக்கம் உடையவராய் விளங்க வேண்டும். 'குன்றுதாங்கி மூலிகை' என்று கூறப்படக்கூடிய மூலிகையினை, அனுமார் மந்திரம் செபித்து வாயில் வைத்துக் கொண்டு இறைவனைத் தியானித்து, இந்தக் கலையைச் செய்தல் வேண்டும்.

'குன்றுதாங்கி மூலிகை' எது என்பதை இந்நூலாசிரியர் தெளிவுபடுத்தவில்லை. கொளுஞ்சி செடி போன்று எங்கும் பரந்து கிடக்கின்ற இந்த மூலிகையின்மேல் இரவில் கல்லை வைத்து விட்டுப் பகலில் சென்று பார்த்தால் கல் அவ்விடத்திலிருந்துஅகற்றப் பட்டிருக்குமாம். கல்லினைத் தூக்கி எறியக்கூடிய அளவுக்கு சக்தி வாய்ந்த இந்த மூலிகையினைச் சில வைத்தியர்கள் வல்லாரை என்றும்,சில வைத்தியர்கள் கழச்சிக் கொடி என்றும் கூறுகின்றனர். இவற்றில் எது குன்றுதாங்கி மூலிகை என்பதை அறியக் கல்லை அதன் மேல் வைத்துப் பரிட்சை பார்ப்பது நன்று.

இந்தக் குன்றுதாங்கி மூலிகையின் மூட்டில் சென்று அனுமாரை வா வா என்று தியானித்து, ஓம் ஜல் ஜல் என்று நூறு முறை மந்திரத்தை ஓதி, இம் மூலிகை வேரினைப் பிடுங்க வேண்டும். அந்த வேரைப் பிடுங்கி மணியாக்கி வாயில் ஒதுக்கி வைத்துக் கொண்டு, முன்னும், பின்னுமாக ஒன்பது சுவடு வைத்து, எதிரியின் முகத்தினையே வைத்த கண் வாங்காமல் பார்க்கும்போது, எதிரி மயங்கிக் கீழே விழுந்து மரணமடைவான். எதிரிகள் காக்கைப் படை போன்று எவ்வளவு பேர்கள் வந்தாலும், அவர்கள் அனைவரையும், இந்த மெய்தீண்டாக்காலக் கலையைப் பயன்படுத்தி வீழ்த்தலாம்.

சுவடு முறை வைத்து எதிரியை வீழ்த்தும் கலை, இக்கலைக்கு ஈடாகாது. மந்திர, தந்திரங்களினால் எதிரியை வீழ்த்தும் கலை இக்கலைக்கு ஈடாகாது. பூட்டுப் போட்டுப் பிடித்து எதிரியை வீழ்த்தும் கலையும் இக்கலைக்கு ஈடாகாது. மெய்தீண்டாக்காலம் என்ற இக்கலை நிகரற்றது.

வர்மம் காணப்படும் பகுதிகள்

உடலின்கண் காணப்படுகின்ற வர்மப் பகுதிகள் பெரும்பாலும் நரம்புகள் செல்லும் பகுதிகளிலேயே காணப்படுகின்றன. இந்தப் பகுதிகளில் அடிபடும்போது நரம்புகள் பாதிக்கப்படுகின்றன. இதனால் நாடித்துடிப்பில் மாற்றம் ஏற்படுகின்றது. இந்த நாடித் துடிப்பு மாறுபாட்டினை நுட்பமாக உணர்ந்தவர்கள், அடிபட்டவர் களின் நிலையை உணர்ந்து எழுப்பிவிடுவர். சில வர்மப் பகுதி களின்கண் (வயிற்றுப் பகுதி) நரம்புகள் இல்லாவிட்டாலும்கூட, அந்தப் பகுதிகளில் அடிபட்டால் இரத்த ஓட்டத்திற்குத் தடை ஏற்படுவதால் நாடித்துடிப்பு மூலம் அறிந்து சிகிச்சை செய்ய வேண்டும்.

வர்மத் தாக்குதல்கள்

வர்மக்கலையினை நன்கு கற்றுணர்ந்தவர்கள் மட்டுமே வர்மப் பகுதியினை நுட்பமாக அறிந்து தாக்க முடியும். சில வர்மப் பகுதி களில் தாக்கும்போது குன்றிமணி, புளியமுத்து இவற்றை வைத்துத் தாக்கினால் ஆள் மட்டுமே மயங்கி விழுவான். காரணம் அந்த வர்மப் பகுதிகளில், நுட்பமாகக் குன்றிமணி புளியமுத்து இவற்றை வைத்து அழுத்தும் போது, நுண்ணிய வர்மப் பகுதி தாக்கப்படுகிறது. பல எதிரிகள் ஒருவனைத் தாக்கும்போது சுவடு வைத்து நாலாப்புறமும் சுழன்று, கம்பையும் சுழற்றி எதிரிகளின் வர்மப் பகுதிகளில் கம்பால் தாக்கி வீழ்த்தலாம். குன்றிமணியால் வீழ்த்தக்கூடிய வர்மப் பகுதிகளில் கம்பு கொண்டு குத்தினால் எதிரி கீழே விழமாட்டான். மேலும் கைக்கொண்டு தட்டுதல், கைவிரல் கொண்டு குத்துதல், கையை மடக்கிக் கொண்டு இடித்தல் போன்ற பல தாக்குதல்களை அந்தந்த வர்மப் பகுதிக்குரிய இடமறிந்து செய்தல் வேண்டும். இவற்றை நன்கு கற்றுணர வேண்டுமாயின், ஆசான்களிடம் சீடனாக இருந்து கற்க வேண்டும்.

வர்மத் தாக்குதலின் விளைவு

எந்தெந்த வர்மப் பகுதிகளில் தாக்கப்பட்டு, கீழே விழுந்தானோ, அந்தந்த வர்மங்களுக்கு ஏற்ப அடிபட்டவன்

வீழ்ந்துகிடப்பான். 'வர்மானித் திறவுகோல்' என்ற நூல், அடிபட்டு வீழ்ந்து கிடப்பவனின் அறிகுறிகளைக் கூறி, இன்னின்ன அறிகுறியுடன் வீழ்ந்து கிடக்கும் மனிதனை, இன்னின்ன இடங்களில் தட்டி இளக்குமுறை செய்தல் வேண்டும் என்று கூறிச் செல்கின்றது.

வர்ம அடிகளுக்குத் தக்கவாறு, நாக்கு வெளியே தள்ளுதல், கண்ணடைத்தல், வாய்விட்டு அலறல், வாய் பூட்டுதல், கண்விழி பிசகல், கண் திறந்து இருத்தல், வாய் திறந்து இருத்தல், சன்னி ஏற்படல், விக்கல் ஏற்படுதல், தலை ஆட்டம் காணல், நாக்கு உள்ளே இழுத்துக் கொள்ளல், லிங்கத்தில் இந்திரியம் காணல், கைபுயம் நழுவுதல், சலாசயம் அடைதல், மூத்திரம், மலம் அடைபடுதல், லிங்கம் நிமிர்ந்து நிற்றல், சுவாசம் விடமுடியாமை, லிங்கம் உள்ளுக்குள் செல்லல், மூலாதாரம் வெளியே தள்ளல், வாந்தி, விக்கல் ஏற்படுதல், இரத்தம் முறிந்து பாய்தல், கழுத்து கோணுதல், கழுத்து குழைந்து விடுதல் போன்ற பல விளைவுகள் ஏற்படும். இந்த விளைவுகளை நன்கு கவனித்து இளக்குமுறை செய்தல் வேண்டும்.

வர்ம இளக்கு முறைகள்

வர்மத் தாக்குதலினால் வீழ்ந்து கிடக்கும் மனிதனின் உடலில் ஏற்பட்டுள்ள அறிகுறியை நன்கு கவனிக்க வேண்டும். பின் வர்மம் கொண்டு விழுந்தவனின் கை நாடியினைப் பிடித்துப் பார்த்து, வர்மத்திற்கு என்ன இளக்கு முறை செய்ய வேண்டும் என்பதைத் தீர்மானித்து, அந்தந்த வர்மத்திற்குத் தக்கவாறு தட்டி எழுப்ப வேண்டும். வர்ம சூத்திர நூலில் மட்டுமின்றி, ஏனைய நூல்களிலும் இதன் விளக்கம் மிகத் தெளிவுடன் கூறப்பட்டுள்ளது.

படுவர்ம இளக்கு முறை

படுவர்மப் பகுதிகள் பன்னிரண்டிலும் அடியிடிகள் கொண்டால், அடிபட்ட ஆளை எடுத்திருத்தி, கைபிணைத்தோ அல்லது கைபொத்தியோ, அல்லது ஒரு கையைத் தலைமேல் வைத்து மறுகையாலோ அடிக்கவேண்டும் என்று கூறப்பட்டுள்ளது. அடுத்து, படுவர்மப் பகுதிகளில், எந்த இடத்தில் அடிபட்டதோ அந்த இடத்திற்கு நேர் மறுபுறத்தில் (முதுகுப் புறத்தில்) புறங்கால் கொண்டு தட்டியோ, விரல் கொண்டு ஊன்றியோ (அழுத்தியோ) இளக்குமுறை செய்தல் வேண்டும். முதுகு, மார்பு, விலாப் பகுதிகளை நன்கு தடவி விடவேண்டும். வலது நாசி, செவித் துவாரங்களில், சுக்கு வெற்றிலை இவற்றைச் சவைத்து அதன்

ஆவியை ஊத வேண்டும். பின் சூடான அன்னப்பாலில், சுக்கு அல்லது இஞ்சிச் சாற்றைக் கலந்து குடிக்கக் கொடுக்க வேண்டும். இந்த இளக்குமுறைகளைச் சிறிதுகூடத் தவறாமல் செய்தல் வேண்டும். இளக்குமுறை செய்யும்போது தவறுகள் ஏற்படின், உயிராபத்தும் ஏற்படலாம். எனவே வர்ம வைத்தியர்களிடம் இருந்து கற்றுத்தேர்ந்து இளக்குமுறை செய்தல் நன்று. படுவர்மத்திற்கு வேலிப்பருத்திச் சாற்றினை உள்ளுக்கும், கொடுத்து, வெளியிலும் பூசுவது நன்று.

தொடுவர்ம இளக்கு முறை

'வர்ம சூத்திரம்' தொடுவர்மத்தினை இளக்குவதற்குத் தடவக் கூடாது என்று கூறுகின்றது.

> ''தொடுவர்மம் தடவச் சொல்லார்''
>
> — வர்ம சூத்திரம், 40

தொடுவர்மப் பகுதிகளில் அடியிடிகள் கொண்டால் அவற்றிற்கு ஒத்தல், பூச்சு இவற்றைச் செய்யவேண்டும். தொடுவர்மப் பகுதிகளில் அடிபட்டு எலும்பு முறிவு ஏற்பட்டால் உலுவா விதையினை, மூடில்லாத் தாளிச்சாற்றில் அரைத்து அதைத் துணியில் தோய்த்து, முறிவுப் பகுதிகளில் மூங்கில் சீளி வைத்து அதன்மேல் துணிசுற்றிக் கட்டி,முறிவெண்ணெய் விட்டு வந்தால், எலும்பு முறிவு குணமாகும். தொடுவர்மத்திற்கு வல்லாரை மூலிகைச் சாற்றினை உள்ளுக்கும் கொடுத்து வெளியிலும் பூசுவது நன்று. இதுமட்டும் இன்றி, சுக்குக் கசாயம், வர்மாதிக் கசாயம், செந்தெங்குக் கசாயம், ஏலாதிக் கசாயம் போன்ற கசாய வகை; சுவராதி எண்ணெய், திருமேனி எண்ணெய், முக்கூட்டு எண்ணெய், முறிவெண்ணெய் போன்ற எண்ணெய் வகை; சிவன் வேம்புத் தைலம், விசமுட்டித் தைலம், விசப்பச்சைத் தைலம் போன்ற தைல வகை; வர்மானியக் குளிகை ஆகிய மருந்து வகைகளை, வர்ம நிலைகளுக்கு ஏற்ப பயன்படுத்தி வந்தால் சுகம் கிடைக்கும்.

வர்மத் திறவுகோல் கூறும் இளக்கு முறைகள்

வர்ம சூத்திர ஆசிரியரே, வர்ம இளக்குமுறைகளை 'வர்மத் திறவுகோல் 16' என்ற நூலில் விளக்கமாகக் கூறியுள்ளார். அவற்றையும் நோக்குவது மிக்க பயன்தரும்.

வர்மத்தில் அடிபட்டவனை எழுப்புமுன், இறைவனை வணங்க வேண்டும். பின்பு அடிபட்டவனை இடது காலில் எடுத்திருத்தி,

கைமூட்டுப் பகுதியினை, அடிபட்டவனின் கூம்பு எலும்புப் பகுதியில் ஊன்றி, கீழ்நாடியைக் கையால் ஏந்தினால் சுவாசம் சரியாகும். அதன் பின்பு வலமார்பு தொடங்கி இடது காலின் பாடத்து எலும்பு (கணுக்கால் பகுதி எலும்பு) வரை தடவி விடவேண்டும். இது போன்றே இடமார்பு தொடங்கி வலது காலின் பாடத்து எலும்பு வரை தடவவேண்டும். உடனே வர்மம் இளகும். இந்தத் தடவு முறை செய்த பின்பும் சில கடின வர்மங்கள் இளகாவிட்டால், கீழ் நாடியின் மத்திய பாகத்தில் இருந்து ஒரு விரல் தள்ளி, விரல் கொண்டு அழுத்தினால் கண் விழிப்பான். இந்த முறையிலும் வர்மம் இளகாவிட்டால் வாயிலுள்ள அண்ணாக்குப் பகுதியில் இருந்து நான்கு விரல் முன்னே இடக்கைப் பெருவிரல் கொண்டு, அழுத்திக் கொண்டு காதின் பின்புறத் தண்டுக்கு ஒருவிரல் பின்னே உள்ள பகுதியில் வலக்கை கொண்டு அழுத்தினால் கண் விழித்து எழும்புவான்.

வர்மத்தில் அடிபட்டதால், சன்னி தோன்றுமாயின் கால் பெருவிரலுக்கும், அடுத்த விரலுக்கும் இடையே, ஒரு விரலுக்குக் கீழே அழுத்திப் பிடித்துக் காலை வெட்டி இழுத்தால் சன்னி நிற்கும்.

வர்மம் இளகியதும் சுக்குக் கசாயம், அன்னப்பால், கொடுப்பது நன்று. வேலிப்பருத்தி, வல்லாரை மூலிகைகளின் சாற்றினை, உள்ளுக்குக் கொடுத்து வெளியிலும் பூசுவது நன்று. வர்மத்தால் ஏற்படும் அறிகுறிகளும், அந்த அறிகுறிகளை அறிந்து இளக்கும் முறையும் வர்மானித் திறவுகோல் என்ற நூலில் தெளிவாகக் கூறப்பட்டுள்ளது.

இளக்குமுறை செய்யக் கூடாத அறிகுறிகள்

அடிபட்டு வர்மத்தில் விழுந்தவனது உடலில் சில அறிகுறிகள் தென்பட்டால், அவனை இளக்குமுறை செய்து எழுப்புதல் கூடாது. இதனை வர்மத் திறவுகோல் நூல் கீழ்வருமாறு கூறுகிறது.

1. அடிபட்டதும், கண்விழி பிதுங்கி, பார்வை நிலைகுத்திக் காணப்படுமாயின் இளக்கு முறை செய்யக் கூடாது.

2. அடிபட்டு சுக்கிலம் (விந்து) வெளியே சிதறினால் இளக்கு முறை செய்யக் கூடாது.

3. அடிபட்டவனின் வாய் வழியே நீரும், இரத்தமும் கசிந்தால் இளக்குமுறை செய்தல் கூடாது.

திரை வளைந்து இளக்குதல்

வர்மப் பகுதிகளில் அடிபட்டு விழுந்த ஆளை, வீட்டின்கண் உள்ள அறையில் கிடத்தி, வர்ம வைத்தியரும், அவரோடு சேர்ந்தவர்களும் தவிர, ஏனையோரை வெளியே அனுப்பி, பிறர் இளக்கு முறைகளைக் காணாதவாறு துணியால் திரை வளைந்து இளக்க வேண்டும். காரணம், வர்ம இளக்குமுறையினைப் பலர் அறிய இளக்குவோமேயானால், வர்மானியத்தைப் பற்றிச் சிறிதுகூட அறியாதவர்கள்கூடத் தாங்களும் ஆசான்கள் எனக் கூறிக்கொண்டு, தவறான இளக்குமுறை செய்து உயிர்ச்சேதம் விளைவிக்கவும் நேரிடும். இதனை இந்நூலாசிரியர்,

> ''பச்சிலையை அறியாத மடைய ரெல்லாம்
> படைக்குக் கச்சைகட்டிப் பாவம் செய்வார்
> இச்சைப் பெற்று ஆசானாய்ப் பேரும் பெற்று
> ....
> ....
> மகத்தான வர்மமது அறிவோம் என்பர்
>
> — வர்ம சூத்திரம், 87

என்ற வரிகள் மூலம் விளக்குகிறார். எனவே வர்ம இளக்கு முறைகளை மிக இரகசியமாக இளக்க வேண்டும்.

சாத்திய வர்மங்கள்

சாத்திய வர்மங்கள் என்பது, வர்மப் பகுதியில் அடிபட்டு விழுந்த ஆளை எழுப்பி உயிர் பிழைக்க வைத்து விடலாம். இந்த வர்மத்தில் அடிபட்ட ஆட்கள், பிழைப்பதற்குச் சாத்தியக் கூறுகள் அதிகம். எனவே இவ்வகை வர்மங்களைச் சாத்திய வர்மங்கள் என அழைத்தனர். இந்த வர்மப்பகுதிகள் பெரும்பாலும் கை, கால் பகுதிகளில் காணப்படுகிறது. தொடுவர்மப் பகுதிகளில் கைகால் களில் காணப்படும் எல்லா வர்மங்களும் சாத்திய வர்மங்களே. இந்தக் கைகால்களில் காணப்படும் வர்மப் பகுதிகள் அடிபட்டு, இரணம், ஒடிவு போன்றவை ஏற்படின் அவற்றை, எண்ணெய், தைலம், பச்சிலை (வல்லாரை) இவற்றைக் கொண்டு குணமாக்க முடியும். ஒடிந்த எலும்புகளை ஊறவைத்து மீண்டும் பழைய மனிதனாக்க முடியும். எனவே இந்த வர்மங்கள் சாத்திய வர்மங்கள் எனப்படுகின்றன.

அசாத்திய வர்மங்கள்

சில வர்மப்பகுதிகளில் அடிபட்டால் குறிப்பிட்ட நாழிகைக்குள் இளக்குமுறை செய்து அடிபட்ட ஆளை எழுப்ப வேண்டும். அப்படி எழுப்பாவிடில் அந்த ஆள் மரணமடைவான். இத்தகு வர்மங்கள் அசாத்திய வர்மங்கள் எனப்படும். படுவர்மங்கள் அனைத்துமே அசாத்திய வர்மங்களே ஆகும். இவை அனைத்திற்கும் குறிப்பிட்ட நேரம் கூறப்பட்டுள்ளன. அந்த நாழிகை கடந்த பின்பு இளக்குமுறை செய்தால் பயனில்லை. இந்த வர்மங்களில் அடி மிகக்கடினமாகக் (மாத்திரைக்கும் மிஞ்சி) கொண்டால் நாழிகை கூடப் பார்க்க வேண்டாம். ஏனெனில் இந்த உயிர் பிழைக்காது என்று வர்ம சூத்திரம் கூறுகின்றது.

> ''காலம் உச்சி கொண்டு தானால்
> பரிவுடனே நாழிகை தான் பார்க்க வேண்டாம்''

தொடுவர்மப் பகுதிகளிலும், சில வர்மங்கள் அசாத்திய வர்மங்கள் ஆகும். இவை வயிறு, மூக்கு, பெருமூளை, மார்பு ஆகிய பகுதிகளில் காணப்படுகின்ற வர்மங்களே ஆகும்.

> ''....மாத்திரைதான் கடந்து தானால்
> மைந்தனே கண்டறிநீ மருந்தீ யாதே''

இந்தப் பகுதிகளில், மாத்திரை கடந்து அடிபட்டால் மருந்து கொடுக்கக்கூடாது. ஏனெனில் மாந்தர் பிழைப்பது அரிது.

இளக்குமுறைக்கான காலவரையறை

படுவர்மத்தில் அடிபட்டால் குறிப்பிட்ட காலத்திற்குள் இளக்குமுறை செய்தல் வேண்டும். செய்யாவிடில் மரணம் ஏற்படும் என வர்ம சூத்திரம் கூறுகின்றது.

1. திலர்தக் காலம் — மூணேமுக்கால் நாழிகை
2. நட்சத்திரக் காலம் — இருபத்தேழு நாழிகை
3. செவி குத்திக் காலம் — இருபத்து மூன்று நாழிகை
4. பிடரிக் காலம் — இருபத்து நான்கு நாழிகை
5. உறக்கக் காலம் — தொண்ணூறு நாழிகை
6. தும்மிக் காலம் — பதினெட்டு நாழிகை
7. நேர் வர்மம் — பதினெட்டு நாழிகை

8.	அடப்பக் காலம்	—	பதினெட்டு நாழிகை
9.	உறுமிக் காலம்	—	இருபத்தேழு நாழிகை
10.	வலிய அத்திச் சுருக்கிக் காலம்	—	பதினெட்டு நாழிகை
11.	சிறிய அத்திச் சுருக்கி காலம்	—	இருபத்தேழு நாழிகை
12.	கல்லிடைக் காலம்	—	உடனடியாக இளக்க வேண்டும்

இளக்குமுறை செய்யுமுன் நாடி அறிதலின் அவசியம்

வர்மப் பகுதிகளில் அடிபட்டு இளக்குமுறை செய்யும் முன், நாடித்துடிப்பை அறிந்து செய்தல் வேண்டும். நாடித்துடிப்பினை, நாடி சாஸ்திரம் கற்றவர்கள், அறிந்தவர்கள் மட்டுமே கண்டறிய முடியும். இந்த நாடித்துடிப்பை அறிந்து வர்ம இளக்குமுறை செய்வதை வர்ம சூத்திரம்,

''கருத்தான கைபாகம் அறிய வேணும்''

எனக் கூறுகிறது. கையினால் கைநாடியை அறிவது மிகவும் அவசியம். வர்மங்களில் அடியிடிகள் படும்போது நாடித்துடிப்பை அறிய உதவும் நாடி குழிந்தோ (இருக்கும் நிலையில் இருந்து தாழ்ந்தோ) வில்லுப் போன்று நிமிர்ந்தோ, தளர்ந்தோ, காணப்படும். இந்த நிலைகளைக் கைநாடி பிடித்து அறிந்து அதற்குத் தக்க சிகிச்சை அளிக்க வேண்டும்.

நாடித்துடிப்பு பற்றிய சில செய்திகள்

இருதயத்தில் வெண்டரிக்கள் எனப்படும் பகுதி சுருங்கும் போது, ஏஓர்டா (AORTA) எனப்படும் 'சுத்த ரத்தக் குழாய்' மூலம் இரத்தம் இருதயத்திலிருந்து குபீர் என வெளியே பாய்ச்சப் படுகிறது. இவ்வாறு குபீர், குபீர் என ஏஓர்டா (AORTA) வழியாகப் பாயும் இரத்தம் உடல் முழுவதும் அலை, அலையாகப் பரவுகிறது. இந்த இரத்த ஓட்ட அலைகளின் தன்மையைக் கொண்டு பிணி களின் தன்மையை நிர்ணயிப்பதற்குப் பெயர்தான் நாடி பார்த்தல் ஆகும். இரத்த நாளத்தின் வழி இரத்தம் செல்லும் வேகத்தின் சப்த அடியை நாடி பார்த்து உடலில் தோன்றும் வாத, பித்த, சிலேத்துமக் கோளாறுகளைத் தேர்ந்த மருத்துவர் எளிதாக புரிந்து கொள்கிறார்; பல்வேறு வகைப்பட்ட காரணங்களால்

உடலில் ஏற்படும் உட்புற, வெளிப்புற அதிர்ச்சிகளையும், அந்த அதிர்ச்சிகளின் காரணமாக உடல்நிலை எப்படிப் பாதிக்கப் பட்டிருக்கிறது என்பதையும் நாடி நிதானத்தின் மூலம் உணர இயலும்.

நாடி பார்ப்பது எப்படி? உடலின் எந்தப் பகுதியில் நாடி பார்த்தல் எளிது? என்பதைக் காண்போம்.

கரிமுக னடியை வாழ்த்திக் கைதனிற் நாடி பார்க்கிற்
பெருவிர லங்குலத்தில் பிடிதடி நடுவே தொட்டால்
ஒருவிர லோடிற்வாதம் உயிர்நடு விரலிற் பித்தம்
திருவிரல் மூன்றிலோடிற் சிலேத்து மநாடியாமே

—அகத்தியர் நாடி சாஸ்திரம்

கையினுடைய பெருவிரல் என்று குறிக்கப்படுகின்ற கட்டைவிரல் அடிப்பாகத்தில் சுமார் ஓர் அங்குலம் விட்டுத் தொட்டுப் பார்த்தால், ஆள்காட்டி விரலின் கீழ்த் துடிப்பது பித்த நாடி, 'திருவிரல்' என்று சொல்லப்படுகின்ற மோதிரவிரலின் கீழ் சிலேத்தும நாடி துடிக்கும். நாடி பார்க்கும் மருத்துவர் தமது வலது கையின் சுட்டுவிரல், நடு விரல், மோதிர விரல் ஆகியவற்றின் துணைகொண்டு மட்டுமே நாடி பார்க்கக் கடமைப்பட்டிருக்கிறார்.

மணிக்கட்டினுடைய மூட்டு எலும்பின் பக்கத்தில் ஆள்காட்டி விரலை முதலில் வைத்தும், அடுத்து நடுவிரலையும், பின் மோதிர விரலையும் வைத்தழுத்தி நாடிகளை உணர வேண்டும். நாடி நிதானம் தெரியும் விதத்தில் மென்மையாக விரல்களை அழுத்திப் பார்ப்பது அவசியம். நாடி பார்க்கும்போது மருத்துவர் தமது வலது கையின் பெருவிரலைப் பிணியாளர் கையின் பின்புறமாக வைத்துக் கொள்வது அவசியம். அப்பொழுதுதான் நாடித் துடிப்பைத் தெளிவாக உணர முடியும். ஆண்களுக்கு வலது மணிக்கட்டிலும், பெண்களுக்கு இடது மணிக்கட்டிலும் நாடி பார்க்க வேண்டும்.

நாடி பார்க்கக்கூடாத நேரம்

குளித்து முடிந்த உடனே நாடி பார்க்கக்கூடாது. கடினமான வேலை செய்து களைத்த நிலையில் நாடி பார்க்கக்கூடாது. உடலுறவு இன்பம் துய்த்த உடனே, நாடி பார்ப்பது ஏற்புடைய தன்று. உறக்கத்தின்போதும், நடுப்பகலிலும் நாடி பார்ப்பது சிறந்த நடைமுறையல்ல.

நாடி அறியும் விதம்

நாடி பிடித்துப் பார்க்கும்போது அன்னம், கோழி, ஓணான், மயில், புறா இவற்றில் ஏதேனும் ஒன்று நடப்பது போன்று, நாடி நிலையானது ஓடுமானால் அதனை வாத நாடி என உணர்ந்து கொள்ள வேண்டும். அட்டை, ஆமை, இவை நடப்பது போன்று நடக்கும் நாடி பித்த நாடி ஆகும். சிலேத்தும நாடியானது தவளை, பாம்பு இவை நடப்பது போன்று நடக்கும். வாதநாடி அளவுமீறி அடிக்கும்போது வயிற்றிலும் வாயிலும் புளிப்புச்சுவை உண்டாகும். பித்த நாடி அளவுமீறி அடிக்கும்போது வாயில் கசப்புச்சுவை உண்டாகும். சிலேத்தும நாடி அளவுக்குமீறி அடிக்கும்போது வாயில் தித்திப்புச் சுவை உண்டாகும். அனுபவத்திற்கு மிஞ்சிய ஆசிரியன் இல்லை என்பதை உணர்ந்து நல்ல பயிற்சியையும், அனுபவத்தையும் நன்றாகக் கற்றுணர்ந்த பின்னரே நாடி நிதானத்தை நன்கு கணிக்க முடியும். இந்த நாடி நிதானத்தைச் சரிவர கணிக்கும் மருத்துவர் ஒரு பெண்ணின் கை நாடியைப் பார்த்து அவள் கர்ப்பம் அடைந்திருக்கிறாளா என்பதையும், கருவடைந்து எத்தனை மாதங்கள் ஆகின்றன என்பதையும் கூடக் கண்டுபிடித்து விடுவார்.

நாடியின் தன்மையைக் கண்டறிய ஓர் இலேசான பரிசோதனையைச் செய்யலாம். நல்ல உடல் நலத்துடன் வந்த ஒருவனின் நாடியில் வாத நடை பேசும். அந்த மனிதனைச் சிறிது தூரம் ஓடச் செய்து உடனே நாடியைக் கவனித்தால் வாதநடை மாறிப் பித்த நடை பேசும். இந்த இரண்டு நடைகளின் தன்மையை நன்கு உணரும் திறம் பெற்றுவிட்டால் சிலேத்தும நடையின் வேறுபட்ட தன்மையை எளிதாக உணர்ந்து கொள்ள இயலும். வெறும் நாடியோடு நின்று விடாமல் உடல்நிலைத் தோற்றம், உணர்ச்சி அனுபவிக்கும் வேதனையின் தன்மை ஆகியவற்றையும் கவனமாகப் பரிசீலனை செய்து நோயின் தன்மையைக் கண்டு பிடித்து மிகவும் எச்சரிக்கையுடன் மருத்துவம் செய்ய வேண்டும்.

மாத்திரை என்பதின் விளக்கம்

'மாத்திரை' என்பது அளவு எனப் பொருள்படும். வர்மப் பகுதியில் தாக்கப்படும் அளவினைப் பொறுத்துக் கால் மாத்திரை, அரை மாத்திரை, முழுமாத்திரை, உச்சி மாத்திரை என நான்காகப் பிரிக்கலாம். தமிழ் எழுத்துக்களில் ஒலியமுத்த அடிப்படையில், மகரக் குறுக்கம் கால் மாத்திரையாகவும் மெய்யெழுத்து

அரை மாத்திரையாகவும், குறில் எழுத்துக்கள் ஒரு மாத்திரை யாகவும், நெடில் எழுத்துக்கள் இரு மாத்திரையாகவும், அளபெடை கள் மூன்று மாத்திரையாகவும் பகுக்கப்படுவது போன்று வர்மப் பகுதிகளில் ஏற்படும் அடிகளின் அளவுக்குத் தக்க மாத்திரை வேறு படுகின்றது. வர்மப் பகுதிகளில் இலேசான தாக்குதல் கொண்டால் கால் மாத்திரையாகக் கொள்ள வேண்டும். வர்மப்பகுதியில் தாக்குதல் சற்று அதிகமானால் அதனை அரை மாத்திரையாகக் கொள்ளலாம். அடிபட்டு மயங்கி விழும் அளவுக்குத் தாக்குதல் கொண்டால் அதனை முழு மாத்திரையாகக் கொள்ள வேண்டும். கடினமான தாக்குதல் ஏற்பட்டு அடிபட்ட இடத்தில் காயம் உண்டாகுமானால், அதை மாத்திரையை மிஞ்சி விட்ட வர்மமாகக் கொள்ள வேண்டும். வர்மத்தாக்குதல் வர்மப்பகுதிகளுக்குத் தக்க மாறுபடும். சான்றாகத் திலர்த காலத்தில், ஒரு குன்றிமணி பதியும் அளவுக்கு தாக்குதல் ஏற்படின் அது முழுமாத்திரை வர்மம் கொண்ட தாகக் கொள்ள வேண்டும். வர்மத் திறவுகோல் என்ற நூல், பேன்குழி என்ற வர்மப் பகுதியில் ஒரு 'இஞ்ச்' பதியும் அளவுக்கு அடிகொண்டால் அது முழுமாத்திரை எனக் கூறுகின்றது

> ''...........பேன் குழியில் விரலூன்று
> திட்டமதாய் மாத்திரைதான் இஞ்சி யொன்று''
> — வர்மத் திறவுகோல், 13

அடிபட்ட இடத்தில் மாத்திரையின் அளவினை நன்கு அறிந்த பின்பே இளக்குமுறை செய்ய வேண்டும். கால், அரை, முழு மாத்திரை அளவுகளில் வர்ம அடிபட்டால் இளக்குமுறை செய்ய லாம். மாத்திரையை மிஞ்சி அடிபட்டால் இளக்குமுறை செய்தல் கூடாது. இதனை,

> ''நிலை குலைந்து மாத்திரையில் மீறினாக் கால்
> வல்லவனே வர்மமது இளகி டாது''
> — வர்மத் திறவுகோல், 12.

> ''காலம் உச்சி கொண்டு தானால்
> பரிவுடனே நாழிகை தான் பார்க்க வேண்டாம்''
> — வர்ம சூத்திரம், 38.

> ''மாத்திரை தான் கடந்து தானால்
> மைந்தனே கண்டறிநீ மருந்தீ யாதே''
> — வர்ம சூத்திரம், 47.

என்ற வரிகள் மூலம் அறியலாம். வர்மத்தினை இளக்கும்போது மாத்திரை மீறி அழுத்தினால் வேறு வர்மம் கொண்டுவிடும். எனவே கவனமாகச் செய்ய வேண்டும்.

வர்மத்தால் ஏற்படும் நோய்கள்

வர்மத்தில் அடிபட்டவுடன் நன்கு கவனித்து இளக்குமுறை செய்தல் வேண்டும். இல்லையெனில் வர்மம் இளக்கப்படாமல் பல நோய்கள் உண்டாகும். படுவர்மப் பகுதியில் அடிபட்டால் மட்டுமே, மனிதன் மயங்கி விழுதல், வாய் பிளத்தல், நாக்குத் தள்ளல் முதலான பல அறிகுறிகள் தென்படும். ஆனால் பெரும்பாலான தொடுவர்மப் பகுதிகளில் அடிபட்டால், இதற்கு அறி குறிகள் ஏற்படாது. வர்மத்திற்கான அறிகுறிகள் ஏதும் இல்லையே என்று எண்ணி அதற்குரிய சிகிச்சை செய்யாவிடில் நோய்கள் உண்டாகும். சான்றாகத் தொடைப்பகுதியில் ஒருவருக்கு அடிபட்டு விட்டது என்றால் அடிபட்ட ஒன்று இரண்டு நாட்களில் வேதனை குறைந்து விடும். இனி ஒன்றும் செய்யாது என்று அதற்குரிய தகுந்த சிகிச்சையினை அளிக்காமல் இருப்போமேயானால் வர்மம் முற்றிப் பக்கவாத நோயினை உண்டு பண்ணும். இதனால் வாழ் நாள் முழுவதும் நடக்க முடியாதபடி ஆகிவிடும். எனவே ஒருவருக்கு எந்த இடத்தில் அடிபட்டாலும்,வர்ம வைத்தியரிடம் காட்டி உடனடி சிகிச்சை செய்வது நல்லது. வர்மம் இளக்கப்படாமல் இருந்தால் இளைப்பு, ஈடுரோகம், எலும்புருக்கி, ஏங்கிளைப்பு,காசம், காய்ச்சல், நீரிழிவு, நீர் செறுப்பு, நெஞ்செரிப்பு, பக்கவாதம், பைத்திய ரோகம், மண்டையிடி, மந்தகாசம், மார்கடுப்பு, நரம்பு திமிர், முற்றின ஈளை, மூலச்சூடு, மூளைரோகம் போன்ற பல நோய் கள் உண்டாகும். இவை வராமல் தடுக்க அடிபட்டவுடன் தக்க சிகிச்சை செய்ய வேண்டும்.

சன்னி உண்டாக்கும் வர்மங்கள்

உள்ளங்கையில் காணப்படக்கூடிய வர்மப்பகுதியில் அடி பட்டால் உடனடியாகச் சன்னி தோன்றும். சன்னி ஏற்படுவதை உடனடியாகத் தடுக்காவிடில் உயிர்ச்சேதம் கூட ஏற்படும். கொம்பேறி வர்மப் பகுதியில் தாக்குதல் ஏற்பட்டால், உடனடி யாகச் சன்னி தோன்றும், முடிச்சுவர்மப் பகுதியில் அடிபட்டால் கோணச்சன்னி என்ற ஒரு வகைச் சன்னி உண்டாகும். இந்தச்சன்னி உண்டானால் முகத்தைக் கோணும்படி செய்துவிடும். வர்மத்தால் சன்னி உண்டாகுமானால், செய்ய வேண்டிய சிகிச்சையினை வர்மத் திறவுகோல் என்ற நூல் தெளிவாக விளக்குகின்றது.

"கொள்ளுதற்கு வர்மத்தால் சன்னி வெட்டு
கொண்டுதென் றால் பெருவிரலி னிடையே தென்னி
விள்ளுவேன் ஓரிறைதான் தள்ளி மெள்ள
வெட்டியே பிடித்திடுவாய் சன்னி போகும்"
— வர்மத் திறவுகோல், 9.

கைப் பெருவிரல் இடைப் பகுதியில் ஒருவிரல் தள்ளிப்பிடித்து வெட்டி இழுத்தால் சன்னி நின்றுவிடும்.

நாடி நரம்புகள் பற்றிய செய்தி

வர்ம சூத்திர நூலின்கண் நாடி நரம்புகள் பற்றிய செய்திகள் சில இடங்களில் கூறப்பட்டுள்ளன. வர்ம சூத்திரம் 2ஆவது பாடலிலேயே,

"பாடினேன் நாடிநரம் பான வாறும்"

எனக் கூறப்பட்டுள்ளது. இந்நூலின் ஆறாவது பாடலின்கண்,

"ஆரப்பா நாடியெழுபத் தீரா யிரந்தான்
ஆராய்ந்து சொல்லுகிறேன் சொல்லக் கேளு"

என்று கூறப்பட்டுள்ளது. ஆனால், உடலில் நாடி நரம்புகள் எத்தனை? அவை உடலில் வியாபித்துள்ள தன்மை எவ்வாறு? அவற்றின் பிரிவுகள் என்னென்ன? என்பது போன்ற விளக்கம் கூறப்படவில்லை. இந்நூலின் 94ஆம் பாடலில், கேசாதி பாதம் ஈறாய் நரம்பு எழுபத்தீராயிரம் என்று நரம்புகள் கணக்கிடப் பட்டுள்ளன. 'நாடி சாஸ்திரம்' என்ற நூலும் நாடி நரம்புகள் எழுபத்தீராயிரம் என்று கூறுகிறது. இதுபற்றி வைத்தியர்கள் நாடி நரம்புகள் மொத்தம் 4448 எனக் கூறுகின்றனர். நாடி பற்றி வர்ம சூத்திரநூல் தெளிவாகக் கூறாவிடினும், 10 வகை நாடி பற்றிய விளக்கத்தை 'மறைந்து கிடைத்த மாணிக்கம்' என்ற நூல் கூறுவதைக் கீழே காண்போம்.

இடை கலை: வலது கால் பெருவிரலில் நின்று கத்தரிக்கோல் அமைப்பில் இடது நாசியைப் பற்றி நிற்கும் நாடி.

பிங்கலை: இடது கால் பெருவிரலில் நின்று கத்தரிக்கோல் அமைப்பில் வலது நாசியைப் பற்றி நிற்கும் நாடி.

சுழி முனை: மூலாதாரத்தைத் தொடர்ந்து எல்லா நாடிக்கும் ஆதாரமாய் நடுநாடியாய் சிரசளவும் முட்டி நிற்கும் நாடி.

சிங்கவை: உள்நாக்கிலே நின்று, நாம் உண்ணுகின்ற அன்னம், பானம் இவற்றை விழுங்கப் பண்ணுவது.

புருடன்: மூலாதாரம் தொடங்கி வலது கண்ணளவாய் நிற்பது.

காந்தாரி: மூலாதாரம் தொடங்கி இடது கண்ணளவாய் நிற்பது.

அத்தி: மூலாதாரம் தொடங்கி வலது காதளவாய் நிற்பது.

அலம்புடை: மூலாதாரம் தொடங்கி இடது காதளவாய் நிற்பது.

சங்கினி: மூலாதாரம் தொடங்கிக் குறியினளவாய் நிற்பது.

குகு: மூலாதாரம் தொடங்கி அபானத்தளவாய் நிற்பது.

உடல் எலும்புகள் பற்றிய விளக்கம்

உடலில் உள்ள எலும்புகள் பற்றிய செய்திகளை மேலோட்டமாக 93,94 ஆகிய பாடல்களில் வர்ம சூத்திர ஆசிரியர் கூறியுள்ளார். அவை வருமாறு:

கையெலும்பு	4
கால் எலும்பு	4
உறுப்பு சக்தி எலும்பு	32
குருத்தெலும்பு	62
விலா வரியெலும்பு	14
மண்டை ஓட்டுத் துண்டு	3
நாக்கின் மேலுள்ள எலும்பு	4
கழுத்தெலும்பு	6
கொக்கி எலும்பு	4
மொத்தம்	123

இன்றைய உடலியலார் கூறும் எலும்பு பற்றிய விளக்கம்

மண்டை ஓட்டின் எலும்புகள்	8
முக எலும்புகள்	14
முதுகெலும்புத் தொடர்	33
மார்புக்கூடு	24
மார்பெலும்பு	1
தோள்பட்டை வளையம்	4
இடுப்பு வளையம்	2
கை எலும்புகள்	60
கால் எலும்புகள்	60
மொத்த எலும்புகள்	206

வர்ம சூத்திரம்

ஆதியென்ற மூலவட்டம் கணபதியே காப்பு
அகன்றபரி பூரணத்தின் அறிவி னாலே
சோதியருள்[1] நின்றிலங்கும் பிராணா தீபா
சூட்சுமமதை[2] யாவருக்கும் துலங்க வேண்டி
வாதியென்னும், உலகத்தின் மனுடர்க் கய்யா
வகைவிபரம்[3] கைபாகம் வழியாய்ச் சொல்ல[4]
பாதிமதி தரித்தசிவன் தன்னைப் போற்றிப்
பரப்பிரமம்[5] ஆதார[6] பாதமே[7] காப்பு (1)

ஆதாரம் என்றதொரு[8] மூலத் துள்ளே
அகன்றமா அண்டமெங்கும்[9] நின்ற மூர்த்தி
பாதாரம் தனைப்பணிந்து[10] வர்ம சூத்திரம்
பாடினேன் நாடிநரம்பு ஆன வாறும்[11]
காதாரம் கொண்டுணர்ந்து[12] என்னை ஆண்ட[13]
கடாட்சமது போகருட கருணை யாலே
வாதாரம் மகிழ்ந்துரைத்த[14] வர்ம சூத்திரம்
வையகத்தோர் காணாமல் மறைவில் வையே (2)

மறைவில் வைப்பதென்றால் மைந்தா கேளு
வகைவிபரம் கைபாகம் மறைப்பொன் றில்லை
உறவாடிச் சிலபேர்கள் நூல்தா வென்று
ஓவியம்போல் மொழிபேசி உன்னை யேய்ப்பார்
திறமான நூலவற்கு வெளிவிடாதே
சீடனென்று பன்னிரண்டு வருடம் காத்தால்
அறிவான பக்தியவர்க்[15] கிருந்த தானால்
அப்பனே பொருள்வாங்கி நூலை ஈயே (3)

பாட வேறுபாடு

1. சோதியென்னும் 2. சூட்சமதாய் 3. பலவகை 4. சொல்வேன் 5. பராபரம் 6. ஆனதொரு 7. பரனே 8. ஆனதொரு 9. மாமேருவென்று 10. தான்பணிந்து 11. பாள்செய்யினும் நூலுக்குள் 12. கொண்டுறைந்து 13. ஆண்டார் 14. வரைந்துரைத்த 15. புத்தியவர்க்

ஈவதுதான் யாருக்கு சிவயோ கிக்கு
 செகத்திலுள்ள மனிதர்க்கு[1] ஈந்தா யானால்
சாவதுவே கடைநரகில்[2] விழுவாய்ச் சொன்னேன்
 சண்டாளர்க் கீயாதே தரணி மீதில் (4)

நாமிதுவே வெளியாகச் சொன்ன நூறும்
 நாட்டிற்குள் வர்மானி நடப்பொன் றில்லை
தாமிதுவே வெளியாகச் சொன்னேன் என்று
 தாரணியில் இந்நூலை மறுத்தார்[3] பாரே
ஆமிதுவே நின்றபேர்க்கு வர்ம மெல்லாம்
 அடவாகப் பலியாதே[4] அறிந்து பாரே (5)

பாரப்பா படுவர்மம் பன்னி ரண்டும்
 பாங்கான தொடுவர்மம் தொண்ணூற் றாறாம்
வேரப்பா மெய்தீண்டாக் காலம் ஒன்றும்
 வெற்றியென்ற பச்சிலையும் விளம்பக் கேளு
ஆரப்பா நாடியெழுபத் தீரா யிரந்தான்
 ஆராய்ந்து சொல்லுகிறேன் சொல்லக்[5] கேளு
தேரப்பா சூத்திரத்தை அறிய வென்றால்
 தெளிவாகச்[6] சொல்லுகிறேன் தெளிந்து கேளே (6)

கேளடா மன்மதனை அடக்க வேணும்
 கொடிதான[7] கோபமெல்லாம் தொலைக்க வேணும்
ஆரடா ஆனாலும் காலங் கொண்டால்
 அப்பனே குருபரனைத் தேட வேணும்
பாரடா அனுமாரைப் பூசை வேணும்
 பத்திரமாய் அஞ்செழுத்துப் பூசை[8] வேணும்
சேரடா அச்சரத்தை[9] எழுதி வைத்துச்
 சீருலகில் அஞ்செழுத்தால் தியானம் செய்யே (7)

---

1. வர்மர்க்கு 2. கடுநரகில் 3. மறைத்தார் 4. கலியாதே பலிக்குமடா 5. தெளிந்து, அறிந்து 6. தேடியேதான் 7. கெடுதான 8. சிந்திக்க, தெரிந்திருக்க 9. சிதம்பரசடாட்சரத்தை, சிதம்பர சக்கரத்தை.

செய்யப்பா மூலியெல்லாம் சாபம் தீர்த்து
 செயலான வசனத்தால்[1] உண்டு பண்ணு
கையப்பா வர்மமதைத் தேர்ந்து கொண்டு[2]
 கருத்தான கைபாகம் அறிய வேணும்
நையப்பா இதன்விபரம் நன்றாய்ப் பார்த்து
 நாதனருளாலே பெருக்கத்தை நாடு வாயே[3]
பையப்பா வர்மமெல்லாம் பகரக் கேளு
 பராபரனை நெஞ்சிலே நினைந்து நேரு (8)

நேரப்பா நெற்றிநடு புருவம்[4] தன்னில்
 நேராக நெல்லிடைக்கும் தாழ்வ தாக
தாரப்பா திலர்தகாலம்[5] அதற்குப் பேரு
 தட்டனவே முறிவுகொண்டால் விழையா தப்பா
பேரப்பா பிழைகள்வரும் திலர்த காலம்
 பேசுகிறேன் அதில் வர்மம் கொண்டால் கேளு
கூறப்பா[6] வாய்பிளந்து வானம் பார்க்கும்
 நாழிகைதான் மூணேமுக்கால் இளக்குமுறை கூறக்கேளு
கூறப்பா குடிம்பிபிடித் திருத்திக் கொண்டு
 குணமாக உச்சியில் தட்டிக் கொள்ளே[7]
சாரப்பா[8] பின்கலையும் செவியும் பார்த்துச்
 சார்வாகச் சுக்குவைத்து ஊது வாயே (9)

ஊதியே அன்னப்பால் சுக்கும் சேர்த்து.
 உத்தமனே கொடுத்துவிடு உறுதி யாகும்
சாதியென்னும் நட்சத்திர காலந் தன்னை
 தலம்குணங்கள் விபரமுடன் சாற்றக் கேளு
சோதியென்னும் கடைக்கண் இறைக்குள் ளேதான்
 துலங்குகின்ற[9] குழிவதிலே[10] கால மப்பா
வாதியென்னும் வர்மமது கொண்டு தானால்
 மஞ்சள்போல் கண்முகமும் மாறும் பாரு (10)

முகமாறி வேர்வையுடன் விழி கேளாது
 முதுவரியில்[11] இருபுறமும் குளிர்ச்சை காணும்
யுகமான[12] நாழிகைதான் இருபத் தேழில்[13]
 உத்தமனே இளக்குமுறை உரைக்கி றேன்கேள்

---

1. உபசரணைதான், வாசனைதான் 2. கொண்டால் 3. நலமான நூல்களெல்லாம் கண்டு தேடே 4. புரிகம் 5. திலதாகாலம் 6. இளைப்பாகி 7. தட்டுதளையாக 8. நேருகிறேன் 9. தொலங்குகின்ற 10. குழியதிலே 11. முதுவிலே 12. இதமான 13. பதினெட்டப்பா

சுகமாகக் கைவிரித்து[1] மறுபு றத்தில்
சூத்திரமாய்த் தட்டொன்று சுருக்கில் லாமல்
வகையாக இருபுறமும் தடவித் தாத்து
மகிழ்ச்சியாய் உச்சியிலோர் அடியும் போடே (11)

போடப்பா சுக்காலே ஊதிப் போடு
புத்தியுடன் சாமையரிசி[2] பாலும் ஊட்டு
காடப்பா காதில்சிறு தண்டில்[3] தானே
கலங்காதே செவிகுத்திக் காலம் என்பார்
வீடப்பா செய்குணத்தை விளம்பக் கேளு
விழியிரண்டும் தள்ளிவாயில் பதையும் காணும்
நாடப்பா அதின்குணத்தை[4] நன்றாய்ப் பார்த்து
நாழிகைதான் இருபத்து மூன்றிற்குள் மாறும். (12)

மாறும்பார் மறுபுறத்தில் ஊன்றிக் குத்தி[5]
மகத்தான கண்விழியும் தடவித் தாழ்த்து[6]
குருபரனை நினைத்துக்கை மடக்கிக் கொண்டு[7]
கூசாமல் இருபுறமும் தடவித் தாழ்த்து
கருவறிந்து கைபிணைத்துத்[8] தலைமேல் வைத்துக்
கமலமதில் அடியடித்துக் காதில் ஊத
அருகிருந்தோர் அறியாமல் இளகும் பாரு
அரிசியிட்டு அன்னப்பால் சுக்கு மாமே (13)

ஆமப்பா இன்னுமொரு காலம் சொல்வேன்
ஆச்சரியம் ஆச்சரியம் இதுபோல் உண்டோ
தாமப்பா தலைமுடிந்த[9] தலத்தில் தானே
சார்வான குளிவதிலே[10] பிடரிக் காலம்
ஓமப்பா ஓடிவுடனே அடிகள் குத்து
ஊக்கமுடன் கொண்டுதானால் உடனே சாகும்
நாமப்பா தலைகுழைந்து கண்ணு மூடி
நன்றாக உணர்ச்சிகெட்டு[11] நடுங்கும்[12] கண்டாய் (14)

---

1. கைதிருத்தி 2. சாமியரிசி 3. தண்டடியில் 4. செவி குணத்தை 5. இருபத்து மூன்றுக்குள்ளே இளக்கும் மார்க்கம் 6. இதமாக மறுபுறத்தில் விரல்கொண் டூன்றி 7. குத்தி 8. கைபுனைந்து 9. வளைமுடிந்த 10. குழியதிலே 11. பெருமூச்சு 12. நடுக்கம்

நாமப்பா நாழிகைதான் மூவெட் டாகும்
  நன்மையுடன்[1] இளக்குமுறை நவிலக் கேளு
ஓமப்பா எடுத்திருத்தி அசையாமல்[2] தானே
  உத்தமனே உச்சியிலோர்[3] அடியும் போடு
ஆமப்பா கண்டத்தின் அருவா கத்தான்
  அசைத்துவிடு இருபுறமும் அன்னம்[4] போலே
வாமப்பா கறியுப்பு அன்னப் பால்தான்
  மைந்தனே கொடுத்துவிடு மாறும் பாரே (15)

மாறுமப்பா உறக்கத்தின் கால மொன்று
  மைந்தனே சொல்லுகிறேன் மருவிக் கேளு
தேறுமப்பா இப்படியே தேசத் தோர்கள்
  செய்கின்ற[5] காலத்தின் தெளிவே தென்றால்
வேறுபடும் நாடியருகு[6] தன்னைப் பற்றி
  விரல்பதியும் குழியதிலே உறக்கக் காலம்
கூறவொண்ணா காலமது கொண்ட பேர்க்கு
  கொஞ்சுதிரு வாய்பிளந்து நாக்குத் தள்ளும் (16)

தள்ளும்பார் உடல்வெதும்பி உணர்ச்சி மாறும்
  தளர்ச்சையாய் உறக்கமது தானுண் டாகும்
விள்ளும்பார் நாழிகைதான் தொண்ணூற் றுள்ளே[7]
  விதமாக[8] இளக்குமுறை விதிக்கி றேன்பார்[9]
தள்ளும்பார்[10] எடுத்திருத்தி அசையா மல்தான்
  தயவாக உச்சியிலோர் அடியும் போடு
கொள்ளும்பார் பிடரியின்கீழ் ஊன்றிக்[11] குத்திக்
  கூசாமல்[13] பிடரிவட்டம் தடவி டாயே (17)

தடவியே ஏலமிட்டு அன்னப்பால் கொள்ள
  தப்பாமல் இந்தவர்மம் இளகும் பாரு
துடர்குறியாய்[13] இன்னமொன்று சொல்லுகின்றேன்
  தும்மியென்ற காலந்தன்னை ... ...
விட்டபடித் தொண்டையின்கீழ்க் குழியி லப்பா
  மேலான வர்மமது கொண்டு தானால்

---

1. நன்றாக 2. கமலத்தில் 3. கைபிணைத்தோர் 4. கயறு 5. செப்புகிறேன் 6. நாடியருள் 7. தொண்ணூற்றாறுக் குள்ளே 8. விசித்திரமாய் 9. வீசுறேன், விள்ளுகிறேன் 10. அள்ளுவாய் 11. ஒன்று 12. குலவியே 13. தொட்ட குறியாய்

கடினமடா மேல்துடிக்கும் கண்ணு மூடும்
கமலமென்ற நாசியில்நீர் ஒலிக்கு மப்பா (18)

ஒலிக்குமப்பா முகங்கறுக்கும் வேர்வை யுண்டாம்
உத்தமனே நாழிகைதான் பதினெட் டுக்குள்
பலிக்குமப்பா எடுத்திருத்தி மறுபு றத்தில்
பத்திரமாய்க் கைபொத்திப் பதமா யிருத்திப்
பலிக்கும்பார் உச்சியிலோர் அடியும் போடு
பசையவே[1] இடவலமும் திருப்பிக் கொள்ளு
அலிக்குமப்பா நாசிசெவி சுக்கால் ஊதி
அன்னப்பால் சீக்கிரத்தில் அருந்தச் சொல்லே (19)

அருந்திடவே காலமது இளகுஞ் சொன்னேன்
ஆச்சரிய நேர்வர்ம அடவு கேளு
வருந்திடவே கூம்பில்இரு விரலின் தாழ்வாய்
மார்க்கமுடன் நேர்வர்மம்[2] கொண்டால் கேளு
இருந்தவுடல் குளிர்ந்துவிடும்[3] வேர்வை காணும்
இருமலிலே இரத்தம் பொருந்தி வரும்
பொருந்திடவே நாழிகைதான் பதினெட் டுக்குள்
புத்தியுடன் உச்சியிலோர் அடியும் போடே (20)

போடப்பா அடவுடனே புறங்கால்[4] கொண்டு
புத்தியுடன் முதுவரியில் தலத்தை[5] நோக்கிச்
சாடப்பா சரீரமெல்லாம் தடவித் தூக்கித்
தண்ணீரைக் கொடுத்துவிடு தளர்ச்சை போகும்
வீடப்பா பெலத்துயிர் மீளும்[6] சொன்னேன்
வெற்றியுடன் இன்னுமொரு அடவு கேளு
ஈடப்பா முண்டெலும்பின் நாலுவிரலின் மேலாய்
இயல்திடமாம் பக்கத்தில் அடப்பக் காலம்[7] (21)

காலமதின் செய்குறிகள் கருதிக் கேளு
கடினமடா தளர்ச்சையுண்டாம் விழிகே ளாது
கோலமென்ன காலம்வெகு மோசம்[8] கொண்டால்
குறியான தேகமெல்லாம் முதிர்ந்து காணும்

---

1. பையவே 2. அதில்வர்மம் 3. குழைந்துவிழும்
4. புறங்கால் 5. அடியும் தரத்தை 6. நீளும்
7. ஏந்தலான பக்கத்தில் அடக்கக் காலம் 8. மிச்சம்

சாலமென்ன மறுபுறத்தில் புறங்கால் கொண்டு
தட்டியே முதுகுநெஞ்சு தடவித் தாத்து
வேலையென்ன நாழிகைதான் பதினெட் டுக்குள்
வெற்றியுடன் இளக்குமிஞ்சி[1] அன்னப் பாலே (22)

அன்னமே இன்னுமொரு அடவு கேளு
அப்பனே நேர்வர்மத் தலத்தின்[2] கீழே
என்னவே சூட்சமாம் உறுமியென்ற காலம்
இன்னும்பார் கண்விழிக்கும் விழிகே ளாது
பன்னவே மேல்மூச்சிட்டு இளகும் பாரு
பண்பான நாழிகைதான் இருபத் தேழு
இன்னுமே அதற்குமுன் இளக்கிக் கொள்ளு
உத்தமனே இளக்குமுறை உரைக்கின் றேனே (23)

உரைப்பதென்ன எடுத்திருத்திக் கையைப் பிணைத்து
உத்தமனே உச்சியிலோர் அடியும் போடு
கரைக்கவே செவியிரண்டும் சுக்கால் ஊதிக்
கால்மடக்கி முதுவரியில் கருத்தாய்த் தட்டி
விரைக்கவே சர்ரமெல்லாம் தடவித் தூக்கி
விட்டுவிடு அன்னப்பால் சுக்கும் சேரு
நிரைக்கவே எழுந்திருப்பான் நிசமாய்ச்[3] சொன்னேன்
நிர்ணயமாய் இன்னுமொரு அடவு கேளே (24)

கேளப்பா விலாவின்முண் டெலும்பின் தாழ்வாய்
கணிதமுடன் இருவிரலில் சுருக்கிக் காலம்
பாளப்பா செய்யாதே உலகத் துள்ளே
பாவமடா வலியஅத்திச் சுருக்கி என்பார்
நாளப்பா காலமது கொண்டு தானால்
நாற்பது நாளைக்குள் முழம்குறுகிப் போகும்
கேளப்பா உடம்பெல்லாம்[4] குளிர்ச்சை கொள்ளும்
குறியான நாழிகைதான் பதினெட் டாகும் (25)

ஆமப்பா இளக்குமுறை அறையக் கேளு
அதைத்திருத்தி மறுபுறத்தில் புறங்கால்[5] கொண்டு
வேமப்பா தட்டொன்று தலைமேல் கையும்
விபரமுடன் அணைத்தடிக்க விசித மாகும்

---

1. இளகுமுன் 2. அடவின் 3. நிச்சியமாய் 4. உடல் வெதும்பும் 5. பிறங்கால்

போமப்பா முதுகுவரியில் புறங்கால் கொண்டு
புத்தியுடன் தட்டிவிடு புதுமை யாக
ஏகும்பா சேர்த்தணைத்துத் தடவும் போது
எழுந்திருப்பான் இந்தவர்மம் எல்லோரும் மெய்க்க[1] (26)

மெய்ப்பதென்ன கறியுப்பு அன்னப் பாலும்[2]
மைந்தனே கொடுத்துவிடு மாறிப் போகும்[3]
எய்ப்பதென்ன இளக்காவிட்டால்[4] அடப்பக் காலம்
இசைவுசேர்ந்து[5] குறிகண்டு இளக்கு வாயே
அப்போது இளகாமல் இருந்து தானால்
அரியதாம் உயிர்நீங்கிப் போகும் பாரே
பொய்யறிந்து கைபாகம் செய்திட் டாலும்
போச்சுதப்பா மண்டலத்தில் யாக்கை பாழாம்[6]
இப்புவியோர்க்கு இந்தவர்மம் செய்ய வேண்டாம்
இளக்கையிலே[7] மண்டலத்தில் இறந்து போமே (27)

இறந்துபோம் முண்டெலும்பின் இறையோர் மூன்றில்
இசவான சிறியஅத்திச் சுருக்கிக் காலம்
பறந்துபோம் வலியஅத்திச் சுருக்கிப் போலே
பாலகனே குணமதுதான் பகரக் கேளு
சிறந்தென்ன நாழிகைதான் இருபத் தேழில்
சேர்த்திருத்தி இருபுறமும் சீராய்த் தட்டி
அறிந்தென்ன முதுவரியில் புறங்கால் கொண்டு
அணைத்துநீ தட்டொன்று அறிந்தி டாயே[8] (28)

அறிந்துநீ கைபிணைத்துத் தலைமேல் வைத்து
ஆச்சரியம் உச்சியிலோர் அடியும் போடு
சிறந்துநீ வெற்றிலையே காதில் ஊது
சிறப்பான சுக்கதுமே கூடச் சேர்த்துத்
தேர்ந்துநீ சேர்த்தெடுத்து உதறும் போது
தெய்வகிரு பையினால் இளகும் பாரு
கார்ந்துநீ அரிசிஉரி பலமே சுக்கு[9]
கணக்காக அன்னப்பால் சரியாய்ச் சேரே[10] (29)

---

1. எழுந்திருந்தால் இந்த வர்மமெல்லாம் போகும்
2. போமப்பா தேங்காய் கரியுப்பு அரிசியும் 3. நேர் விபரமாய் பால்சமைத்து கொடுக்க நன்று 4. இளகிவிட
5. எசைசேர்த்து 6. புதுமையெல்லாம் 7. இருக்கையிலே
8. அரைந்திடாயே 9. பறந்துநீ போமென்று இளக்கித்தூக்கி
10. பாலகனைச் சுக்கிட்டு அன்னப் பாலும்

சேரப்பா அன்னப்பால் கொடுக்கும் போது
சித்திரமாய் இந்தவர்மம் இளகும் பாரு
ஆரப்பா கல்லிடையின் காலம் சொல்வேன்
ஆச்சரியம் ஆச்சரியம் இதுபோல் உண்டோ
ஊரப்பா மனுடர்க்குக் கொண்டு தானால்
உத்தமனே விதையிரண்டும்[1] காணா தப்பா
ஓரப்பா கல்லேறும்[2] தளர்ச்சை யாகும்
உத்தமனே சத்தங்கள் பேச ஒட்டாது[3]
தாரப்பா காலம்முற்றும் கொண்டு தானால்
தண்டுபெலங் காணாது செத்தே போகும். (30)

போகுமென்ன நீர்பிடிக்கும் வயிறு ஊதும்
பொருந்தவே மூச்சுவிடாது உறங்கும் பாரு
சாகவே கண்டத்தில் வந்துகட்டிக் கொள்ளும்[4]
சதைவளர்ந்து முடுக்குமடா விதை வராது
பாகமாய்க் கலசம்மூன்று அண்டைக் கூட்டிப்
பத்திரமாய் ஆளொன்றைப் பிடிக்கச் சொல்லி
நோகாமல் நெற்றிதனில் ஊனிக் கொண்டு
நுண்மையாய்[5] உச்சியிலோர் அடியும் போடு (31)

போடப்பா முதுவரியில் புறங்கால் கொண்டு
புத்தியுடன்[6] தட்டிவிடு புதுமை யாக
ஆடப்பா கால்தூக்கிச் சேர்த்துக் குத்து
அப்பனே கல்லிரங்கும் அதிதீர மாக
வீடப்பா விதைபிடித்துத் துணியைச் சுற்றி
வித்தகனே நீரொலிப்பாய் இருநாள் மட்டும்
நாடப்பா மந்திரத்தைச் சொல்லக் கேளு
நஸ், மஸ், சிங் ஓராயிரம் நலமாக ஓதே (32)

ஓதவே ஓங்கார சிவசிவா வென்று
உத்தண்டம் கொண்டும் உறுதி யாக[7]
போதவே ஓதிவிடு நூற்றெட் டையா
புத்தியுடன் அச்சரத்தைப் புகலக் கேளு

---

1. விரையிரண்டும் 2. கண்ணிரண்டும் 3. மூச்சு விடலாகாது 4. சாறென்ற ரெத்தம் வந்து கட்டிக் கொள்ளும் 5. கைமுறையாய் 6. பொருந்தவே 7. உத்தமனே டங்கென்று உறுதி யாக

வாதுடனே ஐங்கோலம்[1] மேலே வட்டம்
வளமான சூல்முனை[2] நீயே[3] நாட்டி
ஓதவே ஐந்தெழுத்தை அதன்மேல் நாட்டி
அருமையாய்ச் செபித்திடுவாய் மாறும் பாரே (33)

பாரப்பா படுவர்மம் பன்னிரண்டும்
பாலகனே கைபாகப் படியே[4] சொன்னேன்
ஊரப்பா அடக்கமென்ற காலந் தன்னை
உத்தமனே உனக்கறிய உரைப்பே னப்பா
ஆரப்பா வானாலும் காலங் கொண்டால்
அப்பனே கொண்டதலம் குளிர்ந்து காணும்
வேரப்பா சோதனையைப் பார்த்துக்[5] கொண்டு
வித்தகனே திரைவளைந்து இளக்கு வாயே (34)

வாயமென்னா இளகாத காலத் திற்கு
மாத்திரைதான் ஏகமூலி மாயோன் மாயோன்
ஆயமென்னா குருமுடிப்புக் கதிக மூலி
அப்பனே ஆத்துவல்லாரைத் தானே யாகும்
நேயமாய்ச் சாறுபிழிந்து[6] தாக்கும் போது
நாயகனே வர்மமெல்லாம் இளகும் பாரு
தாயென்ற தட்டுமுறை சாற்றக் கேளு
சார்ந்தவுடல் சேர்த்துரண்டு துடையும் கூட்டே (35)

கூட்டியே எடுத்திருத்திக் குத்தும்[7] போது
குணமாக உச்சியிலோர் அடியும் போடு
காட்டியே செவியிரண்டும் சுக்கால் ஊதிக்[8]
கால்மடக்கி முதுவரியில் கருத்தாய்த் தட்டி[9]
நாட்டியே சேர்த்துமுன்போல் ஒன்று குத்தி
நலம்பெறவே கைகாலும் தடவி ஐயா
பாட்டிலே சொன்னதொன்றும் விட்டி டாதே
பலம்பெறவே எல்லையடா [10]அடக்கக் காலம் (36)

---

1. ஐங்கோணு 2. சூல்முனை 3. ஸ்ரீயை 4. பாடி 5. அறிந்து 6. அதைப்பிழிந்து 7. தட்டும் 8. காட்டியே முதுகுவரியில் தட்டொன் றையா 9. கடச்சாலிலே தடவி மெள்ள மெள்ள 10. என்கையால்

காலமென்றால் கைபாகம்[1] அறிய வேணும்
கடுந்தாக்கல் செய்கையிலே திடமும் வேணும்
பாலம்போல் நூற்றுக்குள் பாடி வைத்தேன்[2]
பலனுள்ளிப்[3] பன்னிரண்டுத் தலமு மையா
ஆலமுண்ட கண்டருட அருளைப் போற்றி
அறிவுரைத்தோம் பூரணமாய் எவ்வு யிர்க்கும்
கோலமொன்றும் இல்லையடா குருவின் பாதம்
கும்பிட்டால் அம்பிகையும் குறியைச் சொல்வாள் (37)

குறியான தட்டுவர்மம் எட்டே யாகும்
குருவினடி பணிந்தாக்கால் இந்நூல் வாய்க்கும்
அறிவுடைய பிள்ளைகளே[4] இந்தச் செய்தி
ஆர்சொல்வார் ஆனாலும் சத்தியம் தானே
நெறியுடையோன் ஆனாக்கால் இந்நூல் வாய்க்கும்
நிச்சயமாய்க் காலமுச்சி கொண்டு தானால்
பரிவுடனே நாழிகைதான் பார்க்க வேண்டாம்
பேய்மக்காள்[5] கிரகம்விட்டால்[6] உயிரும் போச்சே (38)

போச்சப்பா எண்ணெபோடு குளிகை[7] நெய்யும்
பொருந்தவே கழாயமோடு[8] தைலம்[9] வைத்து
ஆச்சப்பா கைமுறையும் செய்முறையும் சொன்னேன்
ஆனதினால் குருமுறையை அடக்கம் செய்தார்
போச்சப்பா இந்நூலின் பெருமை யெல்லாம்
பேர்கொண்ட சித்தரெல்லார் சொல்லார்[10] சொல்லார்
மூச்சப்பா நாதவிந்தே ஆதி பீடம்[11]
முறைஅறிந்தோர் வர்மானி முழுதும் காண்பார் (39)

காணவே மூக்குநடு மையத் துள்ளே
கலங்கவே அடியிடிகள் கொண்டு தானால்
தோணவே விழிமயங்கி[12] ஒளிதான் போகும்
சோர்ந்துவுடல்[13] தளர்ச்சையாகும் துட்டர்க் காகும்
பேணவே தொடுவர்ம அருமை தன்னைப்
பித்தர்காள் சத்தியமாய்ப் பேசக் கேளும்
நாணவே உச்சிதனில் குழியோ ரத்தில்
நன்றான அடியிடிகள் நாசந் தானே (40)

---

1. கையடக்கம் 2. பாலமது போட்டாற்போல் நூற்றுக் குள்ளே 3. பாடினேன் 4. குமாரர்களே 5. எமனுக்காய் 6. கர்மம் விட்டால் 7. குழம்பு 8. கிருதமோடு 9. பொடிகள் 10. சொல்வார் 11. நாட்டம் 12. விழி பிசங்கும் 13. சோரையுடன்

நாசமாம் புறந்தலையில் செவிநேர் பற்றி
 நன்றான பெருநரம்பில் கால மொன்று[1]
தோசமில்லை சுளியாடி[2] வர்மத் தின்கீழ்
 சொல்லுகிறேன் காலமொன்று[3] பேசக் கேளு
பேசக்கேளு சிரசுவட்டம் ஓட்டை தன்னில்
 பிரமாண்ட மானதொரு மூளை தன்னில்
பேசக்கேளு விரணம்வரில் பிழையா தென்று
 போகர்[4] சொன்னமொழி யான்கற் றேனே **(41)**

கற்றேன்நான் கண்டத்தின் மேலே உள்ள
 கடிதான காலமது மூன்றும் போக
உற்றேன்நான் இதற்கெண்ணெய் ஒத்தல் பூச்சு
 ஓகோ இடமறிந்து[5] செய்யா விட்டால்
கற்றநூல் அத்தனையும் பாழாய்ப் போச்சு
 கருத்துடனே மருந்துசெய்தால் காணா தொன்றும்
பேறுபெற் றவர்க்கிந்நூல் கிட்டு மப்பா
 பேசுகிறேன் தொடுவர்மம் பேர்சொல் வேனே **(42)**

பேரென்ன முதுவரியில் புட்டி யின்மேல்
 பேர்கொண்ட வர்மமெல்லாம் பேசக் கேளு
தூரென்ன சுளியாடி வர்மத் தின்கீழ்
 சூட்சமடா வலதுபுறம் சொல்லக் கேளு
ஆரென்ன கைபுட்டி எல்லின் மேலே
 அருகுபற்றி இடிகொண்டால் ஆறுநாளில்
சீரென்ன கைவிளங்கா இருமல் தோன்றும்
 திருமேனி எண்ணெயினால் தீருங் கண்டாய் **(43)**

கண்டாயே சுளியாடி வர்மத் தின்கீழ்க்
 கைபுட்டி எல்லின் கமுக்குழிக் குள்தானே
துண்டமாய் இடிகொண்டால் துடிக்கும் தேகம்
 சோரைபாயும்[6] இருமையிலே துவர்க்கும் கண்டாய்
விண்டதுகள் ஏதும்பருகாய் சொன்னோம் இந்த
 மேலான எண்ணெயினால் விட்டுப் போகும்
அண்டர்களும் அறிவாரோ கண்ட துண்டோ
 ஆச்சரிய வர்மத்தின் அடவு தானே **(44)**

தன்னைப்பார் புட்டியின்மேல் சுழியின்[7] கீழாய்த்
 தாக்கடா நடுவரியில் இறையொன் றில்தான்[8]
பின்னேபார் இருவாரத்[9] துள்ளே மைந்தா
 பேசரிது சயநோய்பின் சுரமுண் டாகும்

---

1. காலமாகும் 2. குழியாடி 3. சூட்சமொன்று
4. என்குருவும் 5. ஈவட்டம் 6. சோரமயம்
7. சுழியாடி 8. அடியோகொண்டால் 9. திரிவாரம்

முன்னேதான் முதுவரிகீழ் பிட்டிப்[1] பற்றி
மூர்க்கமுடன் இடிகொண்டால் முடவ னாவான்
என்னதான் இதற்கெல்லாம் எண்ணெய் வைக்க
இயம்புகின்றேன் பின்னாலே ஆர்க்கும்[2] மைந்தா (45)

ஆர்க்குமுள்ள தொண்டையின்கீழ் கம்பின் மேலாய்
அடியிடிகள் கொண்டுதானால் ஆறு நாளில்
வாய்க்குளறி கபம்தோன்றிச் சுரமும் தோன்றும்
மயங்கிடும்பின் தலைசுழன்று வாந்தி யுண்டாம்
பார்க்குமுன்னே நாக்குளறி மரண முண்டாம்
பண்டிதரும் கைவிடுவார் பாரம்[3] என்பார்
வாக்குடனே நாக்குளராது இருந்து தானால்
மருந்துசெய்ய எவ்வுயிரும் மாளா தென்றேன் (46)

மாளாது மாத்திரைதான் கடந்து தானால்
மைந்தனே கண்டறிநீ மருந்தீ யாதே
தாளாத துஷ்டருக்காய் என்று இந்த
சத்தியமாம் வர்மானி சாற்றி னோம்நாம்
பாளான சொல்லொன்றும் சொல்ல வில்லை
பரிட்சையாம் என்றுசொல்லிப் பாடிவிட் டோம்யாம்[4]
கோளான எட்டுமுக வர்மந் தன்னைக்
கூர்ந்துபார் அதின்தலம் குணமும் கூறுவேன் (47)

கூறக்கேளு மார்பிலிரு விரலின் மேலாய்
கூனெலும்பின்[5] இடைபற்றிக் கொண்ட வர்மம்
மாறக்கேள் வெள்ளீரல் சோரைப் பற்றி
மதியான ரவிமீறி அழலாய் மூழ்கி
வாறுகேள் அக்கினியால் சுரமும் தோன்றி
மந்தமுடன்[6] மல்லாந்து[7] கிடக்கொட் டாது
வேறுகேள் இப்படியே திசையெட் டுக்கும்
மைந்தனே வர்மமெட்டின் மெய்சொல்[8] வேனே (48)

மெய்யென்று சொல்லிவைத்த நூல்கள் மெத்த[9]
வீளாகப் போச்சிதிந்த வித்தை யெல்லாம்[10]
கையொன்றும் காலொன்றும் அறியா மூடர்
கற்றவர்போல் வித்தையெல்லாம்[11] கைக்குள் என்பார்

---

1. புஷ்மம் 2. இதற்கு 3. பாழே 4. பாரடா என்று சொல்லி படித்திட்டேன் யான் 5. கோணஎலும்பின்
6. வகையுடன் 7. உடல்ஏங்கி 8. வழிசொல்வேன்
9. மெய்யுடனே சொல்லிவைத்தேன் பொய்யே இல்லை
10. விதமுடனே தலங்கள்நீ கண்டுபாரே 11. வர்மமெல்லாம்

பொய்சொல்லி வயிற்பிழைக்கும் புலையர் கட்டம்[1]
பொறியறிந்தேன் என்றுசொல்லிப் பொருள்தா என்பான்
ஐயையோ கருவிதொண்ணூற் றாறுக் குள்ளே
அடங்கிநின்ற தலமறியார் அசடர் தானே (49)

தானென்ற தட்டுமுறை[2] தடவு மார்க்கம்[3]
தலங்கண்டு இருத்துமுறை சமாதா னங்கள்
வானென்ற ஒடிமுறிவு அடிகள் கொண்டால்
வகைவகையாய்க் கைபாகம் அறிய வேணும்
கோனென்ற என்குருவின் தாள்ப ணிந்து
கூறுவேன் அடக்கத்தின் கூறுகள்[4] நாடி
ஏனென்ற எட்டுவர்மமும் மார்பி லையா
இடையேயிரு விரலகலத்தில் ஏதுவா னாலும்[5] (50)

ஆனாலும் மார்பிலெட்டு வர்மம் கொண்டால்
அடவான விசைநரம்பு குளிர்ந்து[6] காணும்[7]
மானேகேள் உறுப்பெல்லாம்[8] உளைச்சல் சோம்பல்
மகத்தான வர்மநிலை களெல்லாம் துடிக்கும்
ஆனமுதே அன்னங்கள் செல்லொட் டாது
அன்றுமுதல் தேகமெல்லாம் உலர்ந்து[10] போகும்
தானேதான் சயரோகம் வந்து சேரும்
தானூறு[11] நாளையிலே தேகம் ஏது (51)

ஏதுவான புட்டிக்கு[12] இடைநடு வில்தானே
ஏகனொரு சங்குதிரி அடக்கம் கண்டாய்[13]
பொதுவான சங்குதிரி கொண்ட பேர்க்கு
பொங்கமுடன் நீர்பிடிக்கும் மலம் போகா
மெதுவான கால்முடங்கல் உளைச்சல் சோம்பல்
கெணிதமுடன் நிமிரவொண்ணா வளைவு[14] மாகும்
சதுவான திருமேனி எண்ணெய் வைத்துத்
தாக்கடா இந்தவர்மம் தீர்ந்து போகும் (52)

---

1. பொய்சொல்லிப் பிள்ளையைப்போல் பெருமை பேசி
2. தட்டுவர்மம் 3. தடவுவர்மம் 4. குறிகள் 5. இடைகள் இரண்டுவிரல் சுற்றி எதுவானாலும் 6. குழிந்து
7. தாழ்ந்து 8. உடம்பெல்லாம் 9. அறிவற்று
10. உணர்ந்து 11. நானூறு 12. புட்டைக்கு
13. அங்குண்டப்பா 14. வீக்கம்

போகுமப்பா சுருக்கியின்மேல் மூவி ரலுக்குள்[1]
பொறிகலங்க முண்டெல்லில் வர்மம் கொண்டால்
ஆகுமப்பா அகங்கலங்கிப் பேதித் தள்ளும்
அப்பனே குளிர்சுரமும் மயக்க முமாகும்
ஏகுமப்பா அடக்கத்தை மெள்ளத் தடவு
எழுந்திருப்பான் செந்தெங்குக் கழாயம் தாங்கு
ஆகுமப்பா சுவராதி எண்ணெய் தாக்கு[2]
அப்பனே இந்தவர்மம் அடங்கத் தீரும் (53)

தீரவென்றால் உந்திதன்னில் கொப்பு ளின்கீழ்
திறமான இருவிரலில் மூத்திரக் காலம்
சேரவென்றால் காலமது கொண்ட பேர்க்குச்
செமியாது குடல்பொருமும்[3] மூத்திரம் பாயும்
நீரான நீரெல்லாம் இறைக்கும்[4] மைந்தா
நிறமான தேகமெல்லாம் திமிர்போ லாகும்[5]
ஆரான பின்புறத்தில் புட்டிக்கு மேலே
அடவான கால்மடக்கி அறிந்து தட்டே (54)

தட்டியே முதுகுநெஞ்சு தடவித் தாத்து
சரியான அடக்கமது அறிந்து தாக்கு
முட்டியே கிரிச்சனமும் அடங்கிப் பின்னே
முறையான நீரொழிவு தீர்ந்து போகும்
கட்டியே கல்லடையின்[6] காலத் தின்கீழ்
கருத்தான தண்டிலொரு விரலின் மேலே
வெட்டியே இதுநடுவே வித்து வர்மம்[7]
வெளியான வர்மமது கொண்ட பேர்க்கு (55)

பேர்க்கென்ன தண்டினில்[8] நீரும் கட்டும்
பேதகமாய் நீர்தரித்துத் துளியும் போடும்[9]
ஆர்க்கென்ன ஏலாதி கிழாயம் போட்டு
அடவாக உள்ளுக்குக் கொடுத்தி டாயே
தார்க்கென்ன கல்லிடையில்[10] சொன்ன[11] தாரை
சரியாக[12] மந்திரமும் சரியாய்ச் செய்யே

---

1. இரு விரலுக்குள் 2. வாகு 3. உடல்மயங்கும்
4. இரங்கும் 5. மதி நிறம் போலாகும் 6. கல்லிடையின்
7. தண்டுவர்மம் 8. தண்டடியில், தண்டிடையில் 9. துள்ளி போடும் 10. கல்லிடைக்கும், கல்லடைப்பு 11. சொன்னேன் 12. சரியாம்

பேர்க்கென்ன இந்தவர்மம் தீரும் சொன்னேன்
புண்ணியனே தவறாமல் பொருந்தச் செய்யே (56)

செய்யவென்றால் வித்துரண்டும் பதிந்த சார்பில்
செயலான அதன்நடுவில் அண்ட காலம்
அய்யவென்றால் நமத்துவாரம்[1] அருகில் கொண்டால்
அகமுளையும்[2] நீர்த்தரிக்கும் அபானம்[3] விம்மும்
பைய்யவென்றால் மலங்கழியும் ரெத்தங் காணும்
பகல்மறைவு நயனமது தள்ளிக் காணும்
துய்யவே இந்தவர்மம் கொண்ட பேர்க்குச்
சுக்காலே கழாயமதைச் சுருக்காய்த் தாக்கே (57)

தாக்கடா தூக்கிவிட்டு உதறும் போது
சரியாக இந்தவர்மம் இளகுஞ் சொன்னேன்
நாக்கடா சபைதனில் நீட்டிப் பேசி
நலமான கோர்வையெல்லாம் கைக்குள் என்பான்
போக்கடா மூதேவி சொன்ன வார்த்தை
புதல்வனே பிடரிதன்னில் பெருநரம்பின் மையம்
வாக்கடா சுழியாடி எதுவே யென்றால்
வளமான பெருநரம்பின் மைய மாகும் (58)

ஆகுமிந்தச் சுழியாடி கொண்ட பேர்க்கு
அடவான பனிசுரங்கள் பயித்திய ரோகம்
போகுமிந்த சுவராதி யெண்ணெய் வார்த்துப்
புகழ்பெறவே கிரிசாத்துச் கழாயம் செய்யே
ஏகுமிந்த சுழியாடி தீர்ந்து போகும்
ஏப்பமிட்டால் இந்தவர்மம் இருக்கு தென்று[4]
வாகுபெறவே வர்மானி குளிகைத் தானும்
வளம்பெறவே கழாயத்தில் உரைத்து[5] மாட்டே (59)

மாட்டியே உச்சிதனில் அருகு பற்றி
மகத்தான பூண்டெல்வர்மம்[6] ஆண்டேயாகும்
தாட்டிகமாய் அடியிடிகள் கொண்டு தானால்
சாதகமாய்த் தலையிடிகள் மூளை ரோகம்
வாட்டிடவே பீனிசமும் வறைச்சை ரோகம்[7]
வகையான உள்ளுக்குள் கெந்த நாற்றம்
போட்டியங்கள் இல்லையப்பா மருந்தால் தீரும்
புகழ்பெறவே சுக்கெண்ணெய் நாசிக் கூத்தே[8] (60)

---

1. நவத்துவாரம் 2. ஆகமுளையும் 3. அபனம் 4. இரா தென்று 5. அரைத்து 6. பூட்டெல்லுவர்மம் 7. நேரும்
8. நாசிக்கேற்றே, நாசிக்கோதே

ஊத்தியே இப்படிநீ மூன்று நாள்செய்
உண்மையுடன் வல்லாரை அரைத்துத் தாக்கு
சாத்திரத்தில் சொன்னதொன்றும் விட்டி டாதே
தகைமைபெறும் உள்வர்மம் மூன்றுண் டாச்சு
மாத்திரையாய்ச் செவிதனிலே குருந்து குத்தி[1]
மகத்தான வர்மமது கொண்ட பேர்க்கு
நேத்திரமாய்ச் சன்னிதோன்றும் கபம் தோன்றும்
நிர்ணயமாய்த் திங்களதில் மரண மாகும் (61)

மரணமென்னும் தீத்தயிலம்[2] செவியி லூத்தி
மாண்பாக உள்கொடுத்து மேலும் பூசே
நரணமென்னும் உள்ளுக்குள்[3] காரிரல் வர்மம்
நலம்பெரிய வெள்ளீரல் சமீபம் தானே
விரணமென்னும் விசைநரம்பு[4] தளர்ந்து மெத்த
வில்லுப்போல் நிமிர்ந்திருக்கும் விரைக்கும் மேனி
அரைமணியில் உயிர்பிரியும் கால மாகும்
அப்பனே அசாத்தியமென் றுரைக்க லாமே (62)

ஆமென்ற அலவதுதான் முடிந்த முட்டில்
அலவாடி என்றதற்குப் பேர்தா னாமே
நாமென்ற வர்மமது கொண்டு தானால்
நாளொன்றில் வாய்கோணும் நெட்டிவாங்கும்
ஓமென்று வாய்பிளக்கும் அண்ணாந் தேதான்
புகழ்பெரிய நரம்பெல்லாம் சிறுத்து நிற்கும்
வாமென்ற முக்கூட்டு இட்டுத் தேய்த்து
வளமான நாசிக்கு நசியம் செய்யே (63)

செய்யப்பா பரக்கவே[5] ஒத்தல் போட்டு
திறமான கழுத்தடியில் காறைக் குள்ளே
நையப்பா விலங்குவர்மம் அதற்குப் பேரு
நலமான குத்திடிகள் நசுங்கல் கொண்டால்
பையப்பா கைஉசர மாட்டா தென்று
பாங்காக மாராப்பு[6] போட்டாற் போலும்
ஐயப்பா குறுக்கோடே கொளுத்திக் கொள்ளும்
அழகான திருமேனி யதனால் தீரும் (64)

---

1. செவிக்குத்தி 2. நீற்றுத்தைலம் 3. உள்ளத்தில்
4. விசநரம்பு 5. பார்க்கலாம் 6. மாலை

தீருமடா காறையதின் முனையில் தானே
திறமான புயவர்மம் அதற்குப் பேரு
ஆரடா கையதிலே கூச்ச மாகி
அழகான புயமதில் வீக்க முண்டாம்
நேருமடா கையதனைத் தூக்க விடாது
நிர்ணயமாய் நித்திரையும் காணாதப்பா
சேருமடா திருமேனி எண்ணெய் யிட்டுச்
செயலாக மூன்றுநாள் தடவத் தீரும் (65)

தட்வுகின்ற முண்டையதின் மத்தி பத்தில்
தயவான குழிநரம்பில் சுளுக்கு வர்மம்
அடவதியிலே அந்த வர்மம் கொண்டு தானால்
அடவான நடுவிரலைச் சுருக்கிக்[1] கொள்ளும்
மடவமதாய் இழுகூட்டுக் கொடுத்து மைந்தா
மத்தியமாய் தடவிமெள்ள நெட்டி வாங்கே
வடிவுடைய குருவெனக்குச் சொன்ன வார்த்தை
மறையனே[2] ஒருநாளும் வார்த்தை வாங்கே (66)

வாங்கியந்தக் கரமதில் முட்டு வர்மம்
மகத்தான அடியிடிகள் கொண்டு தானால்
தாங்கியந்தக் கரமதிலே கூச்ச மாகித்
தயவாக விருவிருத்து நொந்து வீங்கும்
மாங்குசத்தில் ரத்தமயம் மாற லாகும்
மகிமையான[3] அடவல்லாரை பிழிந்து தாக்கு[4]
நீங்குமடா தடவிமெள்ள நெட்டி வாங்கி
நிர்ணயமாய் உள்ளுக்கும் கொடுத்தி டாயே (67)

கொடுத்திடவே கூச்சலது விட்டுப் போகும்
குணமாக முட்டிடையில் மொழியின் வர்மம்
அடித்திடவே மொழிவர்மம் கொண்டு தானால்
அடவான அசைவதிலே வீக்க மாகித்
தொடுத்திடவே வர்மமதில் விரண மாகித்
தொகையென்ன முண்டெலும்பு[5] முறிந்து தள்ளும்
படுத்திடுவான் பிணியாளி பலரும் மொய்க்க[6]
பரமகுரு கிருபையினால் இளகும் பாரு (68)

பாரெனவே பழந்துணியில் வளையஞ் சுற்றிப்
பத்திரமாய் முறிவதிலே எலும்பைத் தள்ளி
ஆரெனவே வளையமது உள்ளே தாக்கு[7]
அடவான வல்லாரை பிழிந்து தாக்கு

---

1. சுருக்கி 2. மறைப்பேனோ 3. மகிழ்ச்சியாய் 4. தேய்
5. மொழியெலும்பு 6. மெய்க்க 7. தேயுமட்டும்

சேரெனவே முறிவெண்ணெய் மெத்த வாங்கிச்
செயலான கையதனை நெய்யில் போடே[1]
நீரான நீரெல்லாம் வற்றிப் போகும்
நிசமான புண்ணொழிந்து வளையம் வீழும் (69)

வீழுமந்த முழங்கையில் மையம் பற்றி
விசமான மணிபந்த வர்ம மாகும்
தாழுமிந்த மணிநடுவில் முறிவு கொண்டால்
தயவான வட்டெலும்பு[2] முறிந்து வீங்கும்[3]
வாழுமிந்த வர்மத்தில் முறிவு கொண்டால்
வளமான பன்னிரண்டில் மரண மாகும்
நாளவதி கழிந்துமெள்ள நீண்டு தானால்
நன்மையுள்ள மூடில்லா தாளி[4] சாற்றில்[5]
ஆளுமிந்த உலுவாவிதை அரைத்து[6] மைந்தா
அளவான துணிதனிலே யூட்டிச்[7] சுற்றே (70)

சுற்றுகின்ற துணியதிலே நாலுசீளி வைத்துச்
செறிவான கவனத்துடன் துணியைச் சுற்றி
முற்றுகின்ற முறிவெண்ணெய் தாரை கோரி
முடிந்தநல்ல வல்லாரை தாக்கு வாயே
பற்றுகின்ற வர்மமது தீருஞ் சொன்னேன்
பரமனருள் கிருபையினால் தீர்ந்தால் ஆச்சு
வெற்றிவரும் எட்டுவிரல் முன்னே தள்ளி
வெகுவான மணிக்கெட்டி னுள்ளே தள்ளே[8] (71)

மணியென்ற வெள்ளைதனில் அருகு பற்றி
மத்திபத்தில் வளைவதில் துதிக்கை வர்மம்
கணீரென்று ஓசைபோலக் கொண்டு தானால்
கண்பிசகி மணிகெட்டு[9] விரைக்கும் தேகம்
அனலெனவே வளயமாய் நீயும் கூட்டு
அகமெல்லாம் தளர்ச்சையினால்[10] விரைக்கும்[11] தானே[12]
தணீரெனவே வல்லாரை தாக்கி மைந்தா
தயவாக நெட்டிவாங்கு தீர்ந்து போகும் (72)

போகுமடா வெள்ளையது உள்ளங் கையில்
பொருந்திநின்ற சொர்ணதெட்ச ணையின் காலம்
ஆகுமடா இந்தவர்மம் கொண்டால் கேளு
அடவான சீதம்வரும் சன்னி தோன்றும்

---

1. செயலான கையதிலே நெய்யும் போடே
2. வாட்டெலும்பு, வரட்டெலும்பு 3. தள்ளும் 4. தாழை
5. சோற்றில் 6. காய்த்து 7. ஊற்றி உளப்பு 8. தானே
9. மணிநட்டு 10. தளர்ச்சையாம் 11. விசர்க்கும் 12. தேகம்

போகுமடா உயிர்பிரியும் நேரம்[1] ஆகும்[2]
புண்ணியனே கபந்தோன்றும் மரண மாகும்
ஏகுமடா மூன்றரை நாள் கழிந்து தானால்
எழுந்திருப்பான் இந்தவர்மம் எல்லோரும் மெய்க்க (73)

மெய்ப்பதென்ன தென்னையிள நீரில் கழாயம் செய்து
வேண்டியபடி [3] கொடுத்திடுவாய் வர்மம் தீரும்
கற்பமென்ன கையிடையில் கவளிக் காலம்
கனமான மூன்றுவர்மம் அதுவே ஆச்சு[4]
இப்படியே இருவிரலி[5] டையிலிருக்கும் வர்மம்
பேதகமே இல்லையடா குணமுண் டாகும்[6]
முப்பிறவி யுள்ளோர்க்குக் கிட்டும்[7] இந்நூல்
மூரிபோல்[8] திரிபவர்க்குக் கிட்டா[9] தென்றேன் (74)

என்றெனவே இந்தவர்மம் கொண்ட பேர்க்கு
இருக்கையிலே ஓராண்டு கழிந்த பின்பு
நன்றெனவே கைவெள்ளைக் குள்ளே யெல்லாம்
நலமான வெப்புருதி[10] வெடிப்புண் டாகும்
குன்றாமல் தீர்க்க அவன்[11] சொன்ன போது
குறையாமல் கருஞ்சீர கத்தை வாங்கி
நன்றாகச் சீரகத்தைப் பொடித்து மைந்தா
நயமான சிவன்வேம்புத் தைலம் சேர்த்து (75)

சேர்த்துடனே மண்டலம்நீ கொண்டா யானால்
தீர்ந்துபோம் இந்தவர்மம் திடங் காண்பீர்
பார்த்துமெய்க் கருத்துடன் சொன்னேன் மைந்தா
பகருவேன் மறுகரத்தில்[12] இது போலாமே
நேர்த்தியாம் தொடையடியில் பதக்கால்[13] வர்மம்
நேரான வர்மமது கொண்டு தானால்
சாத்தியமாய்க் கால்தன்னைப் பின்னி மூக்கும்
தயவான பக்கவாதந் தானுண் டாகும் (76)

---

1. நோய் 2. கொள்ளும் 3. வெண்ணெயுடன் 4. வர்மமது மூன்றே ஆச்சு 5. பெருவிரல் 6. குணமொன்றாகும் 7. வடிக்கும் 8. மூடரைப்போல் 9. கிடையாது 10. விப்புருதி 11. தீவர்க்க அவன் 12. மறுகாலில் 13. பதைக்கல்

ஆகுமடா தொடைநடுவில் துண்டு வர்மம்
அடவான துண்டிடையில்[1] நொடியின் வர்மம்
ஏகுமடா தொடைமுதுகில் ஆமை காலம்
எழுகின்ற[2] மூன்றுவர்மம் குணமொன் றாகும்
போகுமடா இந்தவர்மம் கொண்டு தானால்
பொருத்தசைத்து கால்நடக்க வொட்டா தன்றே
வேகமான இன்னுமொரு அடவு கேளு
வீணாகச் சினந்தோன்ற பேசாதே என்பேன் (77)

என்றனவே காலதிலே[3] முட்டு வர்மம்
எழுகின்ற[4]மூவிரலில்[5] பக்க வர்மம்
நன்றாக அசகுதிரி கண்ணு வர்மம்
நயமான இருவிரலில் நாய்த்தலை வர்மம்
குன்றான பெருநரம்பில் குளிர்ச்சி வர்மம்
குறைவருமே இந்தவர்மம் ஆறும் கொண்டால்
....
கூடுவிட்டுப் பிரியும் முடவன் ஆவான்
மன்றான இதற்கெல்லாம் மருந்தே இல்லை
விசமுட்டி போட்டவுடன் தீரும் தீரும் (78)

தீருமா முழங்காலில் வர்மம் கேளு
திறமான மையமதில்[6] குதிரைமுக வர்மம்
ஆருமடா காலமது கொண்ட போது
அடவான அசாத்தியத்தில் விசமே புக்கி
நேருமடா அத்தலத்தில் விரண மாகி
நிர்ணயமாய் புண்புரைகள் மாறா தென்றேன்
பாருமடா பராபரத்தின் கிருபை யாலே
விசப்பச்சை[7] எண்ணெயால் தீரும் கண்டாய் (79)

கண்டாயே அங்குலந்தான் நூலின் கீழே
கடந்திட்டால்[8] கொம்பேறி வர்ம மாகும்
விண்டாயே விசர்த்துமெள்ள விசம்போல் ஏறும்
வீசியதோர் சன்னிவரும் தளர்ச்சை யாகும்[9]
மண்டலத்தில் எவர்அறிவார் இந்தச்செய்கை யெல்லாம்
மகத்தான தீத்தைலம்[10] துவரப் போடே
திண்டாக இந்தவர்மம் தீர்ந்து போகும்
திறமான கஞ்சியோடு கழாயம் செய்யே (80)

---

1. துண்டியில் 2. எழுதுகின்ற 3. கால்தன்னில், களர் தன்னில் 4. எழுதுகின்ற 5. விரலில் 6. மையத்தில் 7. விசப்பூச்சி, விசமுட்டி 8. கட்டா 9. வீழ்ச்சையாகும் 10. குருதைலம்

செய்யப்பா மூவிரலில் கீழே தானே
திறமான முன்நரம்பில் முடிச்சு மையம்
அய்யப்பா அதனருகில்[1] கோணச் சன்னி
அதுதிறமாய்ச் செய்குணத்தை அறையக் கேளு[2]
நய்யப்பா சன்னிவரும் முகத்தைக் கோணும்
நயம்பெறவே சரீரமெல்லாம் முறுக்கிக் காணும்[3]
பைய்யப்பா விசைநரம்பு[4] தளர்ச்சை யாகும்
பாங்காக மரணம்வரும் மூன்றில் கொல்லும் (81)

கொல்லுமடா இதின்குணத்தை நன்றாய்ப் பார்த்து
கோணாமல் குருபதத்தை மனதில் நினைத்து
வெல்லுமடா இதன்விபரம் நன்றாய்ச் சொல்வேன்
வெற்றியென்ற மூலிகையால் தீர்க்க வேண்டும்[5]
நல்லுயிராய் இருந்துதானால் உயிர் மீளும்
நலம்பெறவே தீத்தைலம்[6] தேய்த்து வாநீ[7]
வல்லுயிராய் இல்லாவிட்டால் மரித்தி டுவான்
விடைரண்டு கழிந்ததென்றால் மரித்தி டாதே (82)

மரிப்பதற்கு மூவிரலில் பாதச் சக்கரம்
மதியான வர்மமது கொண்ட பேர்க்கு
இருபதுக்குக் கண்குழியும்[8] இருமல் தோன்றும்
இசையாத கபமும்தான் நெஞ்சில் தோன்றும்
இருக்கொட்டாது இசைந்தொருநாள் பிரிந்தொருநாள்
இயல்பாகக் கழிந்துதானால் கசிந்த தான
தாரமது தெரிந்ததொரு பச்சிலை தன்னைத்
தாக்கினால் இந்தவர்மம் தீர்ந்து போகும்
....
வசைவதற்கு வசவெண்ணெப் பூசச் செய்யே (83)

செய்யவே அங்குலந்தான் நாவின் கீழே
செயலான பெருவிரல் இடையில் தானே
பய்யவே திடவர்மம்[9] அதற்குப் பேரு
பாங்காக அதனிடையில் குத்தி னாக்கால்[10]
....
பாங்காக இரத்தம்வந்து கட்டிக் கொள்ளும்[11]

---

1. அதன் நடுவில் 2. விரும்பிக்கேளு 3. குறுக்கிக்காணும், முறிவு காணும் 4. விசநரம்பு 5. தாக்க வேண்டும் 6. திரித்தைலம் 7. கொடுத்துவாநீ 8. கண் குளிரும் 9. திட்டிவர்மம் 10. குத்துக்காலம் 11. இருந்துகொள்ளும்

உய்யவே உளைச்சல்தான் காணும் காணும்
உயர்திருமேனி யெண்ணெயதில் முழுகச் சொல்வேன்
நய்யவே இந்தவர்மம் தீர்ந்து போகும்
நலமான பெருங்கண்ணில் பூழிக் காலம் (84)

காலமது செய்கின்ற கருத்தைக் கேளு
கடினமடா நரம்பிழுக்கும் குன்னிப் போகும்
உலவுகின்ற நோயாளியை இருத்திக் கொண்டு
உடனேரண்டு கையதனால் உதறி வாங்கி[1]
நாலுதான் நாளைக்கெண்ணெய்[2] ஏதானாலும் போட்டு
நன்றாக நரம்புகளைத் தடவச் சொல்லே
வெல்வதற்கு வல்லாரை[3] விரும்பிக் கேளு
வினையகாலம் என்றிதனை முனிசொன் னாரே (85)

சொன்னேன்காண் இந்தவர்மம் சுகமாய்ப் போகும்
சூட்சமடா வெள்ளையதில் அடங்கல் வர்மம்[4]
மன்னனாம் அடங்கலதில்[5] கொண்டு தானால்
மயங்கிடும்பின் மரணமது வந்தே தீரும்
நன்மையாம் இந்தவர்மம் தாயாம்[6] சொன்னேன்
நலம்பெறவே வர்மமெல்லாம் தீர அடக்கமாகும்
மன்னுலகில்[7] மெய்தீண்டாக் காலஞ் சொல்வேன்
மகத்தான பச்சிலையும் அறியச் சொல்வேன் (86)

பச்சிலையை அறியாத மடைய ரெல்லாம்
படைக்குக் கச்சைகட்டிப் பாவம் செய்வார்
இச்சைபெற்று ஆசானாய்ப் பேரும் பெற்று
இருதயத்தில் என்னைப்போல் இல்லை யென்று
மச்சிலத்தில் சொல்லியே மகிழ்ந்து கொண்டு
மகத்தான வர்மமது அறிவோம் என்பார்
அச்சுதனும் அரசனும்[8] அறியா மூடர்
அகத்தியனார் வெற்றிநூலை அறிவதரு மைதான் (87)

தானான வெற்றியென்ற பச்சிலையைக் கேளு
சார்ந்ததண்ணீர் தயவுதன்னில்[9] தழைத்து நிற்கும்
வானான வயசதற்கு நூற்றிப் பத்து
வகைதெரிந்தால் வாசம்வீசும் வல்லாரை என்பார்

---

1. உடனேரண்டு கையதனையும் நெட்டி வாங்கி
2. நாழிகையெண்ணெய் 3. வெல்லும்வகை 4. அடக்கக் காலம் 5. அங்குலத்தில் 6. நலமாய் 7. மன்னிடமே 8. அரனுமையும் 9. தாழ்வுதனில்

கோனான சித்தறுக்கும் கொடிமு லிகை
கோகர்ணம் செய்கர்ணம் குருமுடிப்புக் கதிமூலி
நானான காலத்திற்கு எல்லாம் ஆகும்
நவலோக உறுப்புகளின் வசவுக் காகும் (88)

ஆகுமிந்த மெய்தீண்டாக் காலம் ஏது
அடக்கமென்ற சுவடுமுறை அறிவ தேது
போகுமிந்த சுவடதிலே பெருக்க மேது
போகருட குன்றுதாங்கி மூலீ ஏது
....
.... (89)

ஏதுனக்கு மானிடரே இந்தப் புத்தி
இவ்வுலகில் கொளுஞ்சிபோல் எங்கும் உண்டு
காதுனக்குத் தெரிவதற்குக் கருத்தைக் கேளு
கனத்ததொரு கல்லேத்தத் தெரித்துப் போகும்
அதுவுனக்கு வேர்பிடுங்கும் முறையைக் கேளு
அடவான மூலியுட மூட்டில் சென்று
ஓதுனக்கு அனுமாரைவா வாவென்று ஓம்ஜல்ஜல் என்று
உத்தமனே ஒருநூறுஓதி அந்தவேரை வாங்கே (90)

வாங்கியே மணியாக்கி வாயில் கொண்டு
வாகான படையதுபோல் வந்திட் டாலும்
ஏங்கியே எவ்வளவு சனங்கள் மாளும்
ஏகாந்த இந்தமூலி மெய்தீண்டாக் காலம்
தாங்கியே முன்அனந்தம் பின்ன னந்தம்
தயவாக ஒன்பது சுவடு வைத்து
நீங்கியே முகம்நோக்கித் தூண்டும் போது
நிசமாக மயங்கிடும் பின்மரண முமாகும் (91)

மரணமென்ற பிடிசிவடு[1] இதுக்கொவ் வாது
மகத்தான மந்திரதந்திரம் இதுக்கொவ் வாது
நரணமென்ற தொடுவர்மம் அடக்கக் காலம்
நவலோக வல்லாரை ஆகுஞ் சொன்னேன்
கரணமென்ற படுவர்மம் அடக்கக் காலம்
கருத்தாக வேலியென்னும் பருத்தி தானே
தருணமது இம்மூலி இரண்டும் கொண்டு
தந்திரமாய் வர்மத்தில் தாக்கிப் போடே (92)

---

1. பிடிசிரமம்

தாக்குகின்ற கையெலும்பு துண்டு நாலு
தயவாகக் காலெலும்பு துண்டு நாலு
ஆக்குகின்ற உறுப்புசக்தி முப்பத் திரண்டு
அடவான குறுத்தெலும்பு அறுவத் திரண்டு
தாக்குகின்ற வதியெலும்பு பதினொன் றாகும்[1]
தயவான சிரசதிலே துண்டு மூன்று
தாக்கினதோர் நாக்கின்மேல் துண்டு நாலு
நலம்பெறவே கழுத்ததிலே கண்டம் ஆறு (93)

கண்டமென்ற தொக்கிதன்னில் உறுப்பு நூறு[2]
கேசாதி பாதமெல்லாம் நரம்பு எழுபத்தீராயிரம்
துண்டமென்ற படுவர்மம் பன்னி ரண்டும்
தொகுப்பெறவே தொடுவர்மம் தொண்ணூற் றாறும்
அண்டமென்ற மெய்தீண்டாக்காலம் அடக்கக் காலம்
ஆதரவாய் இதுவெல்லாம் சொன்னேன் மக்கா
மண்டலத்தில் எவரறிவார் இந்தச் செய்தி
வர்மம்முதல் அத்திநரம்பும் அடவாய்ச் சொன்னேன் (94)

சொன்னேனடா கஞ்சிமுதல் கழாயந் தானும்
சுகமான தைலமொடு முக்கூட் டெண்ணெய்
மன்னுடைய ஒத்தலுடன் பொடியும் பூச்சும்
மகத்தான ஒடிமுறிவும், வசையல் கட்டல்
நன்னயமாய்ப் பத்தியமும் நடத்தல் செய்கை
நலமான கைமுறையும், செய்முறையும் சொன்னேன்
பின்னியதோர் நரம்புகளைப் பிடிக்கச் சொன்னேன்
பேதகமாய்ப் போகாமல் தீர்க்கக் கேளாய் (95)

கேளப்பா திரிகடுகு திப்பிலி மூலம்
கெட்டியான உழிஞையோடு சிற்றமுட்டி[3]
நாளப்பா பழந்துணியில் கிழியாய்க் கட்டி
நலமான அரிசிஉரி அதன்மேல் போட்டு
வாளப்பா கஞ்சியதைப் பத்து நேரம்
வளமாகக் குடித்திடுவாய் வர்மம் போமே
பாழாகப் போகாமல் அருந்தும் போது
பழஞ்சுரங்கள் சீக்கிரத்தில் பறந்து போமே (96)

போமப்பா திரிகடுகு மதுரம் திப்பிலி
பொருந்த நல்லசீரக மும்சுர் உள்ளி
வாமப்பா குன்றிவேர் அருகன் வேரும்
மகத்தான உழிஞையோடு கடலாடி தானும்

---

1. பதினான் காகும் 2 நாலு 3. சித்தர்முட்டி

நாமப்பா இதுவெல்லாம் சதைத்து வாங்கி
நலமாக அரிசியிட்டுக் கஞ்சி யாக
நாமப்பா மருந்தெல்லாம் கிழியாய்க் கட்டி
நன்மையுள்ள கஞ்சிவைத்துக் குடிக்கும் போது (97)

போதவே புளியுப்பு நீக்கல் செய்து
புத்தியுடன் பத்துநாள் குடிப்பா யானால்
ஏதுவான ஈளையோடு இருமல் தோசம்
ஏங்கிளைப்பு புட்டிவலிப்பு காசம் தீரும்
இதுவான காலமெல்லாம் தீர்ந்து போகும்
என்குரு சொன்னமொழி தன்னைக் கேட்பீர்
சதுவான காலமெல்லாம் தீர்ந்து போகும்
சத்தியமாம் இந்த வர்மானி சாற்றினேன் (98)

சாற்றினோம் திரிகடுகு மதுரம் ஏலம்
தயவான வெந்தயமும் ஓமம் பூரம்
ஆற்றினோம் கற்கடக சிங்கி கொட்டம்
அழகான மதுரமோடு புனுகுஞ் சேரு
வாற்றினோம் தென்னம்பூ வோடு ...
வளமான இசங்கு தூதுவளைப் பூவும்
சாற்றினோம் இவையுடனே அதிமது ரமடா
ஆலோடு மஞ்சட்டி[1] வில்வப் பூவும்
....
பாங்கான மாதுளம்பூ அமுஞ்சும் கட்டே (99)

கட்டியே வகைவகைக்குக் கழஞ்சி ரண்டாம்[2]
குங்குமப்பூ கோரோசனை கழஞ்சி ரண்டாம்
வாட்டியே இதுகளெல்லாம் இடித்துத் தூளாக்கி
வகையான குழியம்மி தன்னில் போட்டு
ஆட்டியே கொம்பரக்கு சவைத்த நீரில்
அழகாக மருந்தெல்லாம்[3] அரைத்து வையே
ஊட்டியே ஒருசாமம் பசுவின் பாலில்
சேர்த்துப் பொன்னாவரைச் சாற்றில் ஆட்டே (100)

1. செஞ்சட்டி 2. ஒன்றாம் 3. ஒருசாமம்

ஆட்டியே குழிகையது துவரை போலே
அழகான கசாயத்தில் உரைத்துத் தாக்கு
வாட்டிடும் வர்மமெல்லாம் மாண்டு போகும்
வகையான ஈளையோடு மந்தாரகாசம் போகும்
சூட்டிடும் அத்திசுரம் சுவாச காசம்
சுகமான உள்வர்மம் ஈடுரோ கமதை
தாட்டிடுமே இக்குளிகைத் தாக்கும் போது
தயவான வர்மானிக் குளிகை யாமே (101)

வர்ம சூத்திரச் சுவடியிலுள்ள மருந்துப் பகுதி

1. அமுக்கிரா கசாயம்

அமுக்கிரா, சித்தரத்தை, மதுரம், ஏலம், சந்தனம், சடமாஞ்சி, அக்கிரார்த்தை வகைக்கு இரு கழஞ்சியாக எடுத்துக் கசாயம் போட்டு அதிலே இன்னுமொரு வகையைக் கேளு, கேளப்பா சாரமுள்ள தாக்குவேர், வில்வவேர், குறுந்தொட்டிவேர், நொடி நெட்டிவேர், சிறுசின்னிவேர், அருகன்வேர் வகைக்கு ஒரு பிடியாம் எடுத்து, மருந்தெல்லாம் தாம் அரிந்து எடுத்து, ஐநாழி வெள்ளம் வைத்து எட்டொன்றாகக் காய்ச்சி இறக்கி நீ கொடுப்பதற்கு வகையைக் கேளு; கேளப்பா பஞ்சதாரை பொடிபோட்டுப் பதறாமல் கொடுத்திடுவாய் வர்மம் தீரும்.

2. வேறுவகையான கசாயம்

மைந்தனே வர்மத்தில் ஈடு கொண்டால்
  மதுரம் அரத்தை நல்லமிளகு சுக்குடன்
கண்டங்கத்திரி நொடிநெட்டி சூரி வேர்கள்
  தூதுவளை அத்தனையும் இரண்டி ரண்டாக
இரண்டு படிஜலத்தில் போட்டு ....
  எட்டு ஒன்றாக்கி ....
உண்டிடுவாய் நாள்மூன்று சேவிப்பா யானால்
  உடனே வர்மத்தின் நோய்களெல்லாம் தீருந்தானே

3. வேறுவகையான கசாயம்

சித்தரத்தை, அக்கரா, வால்மிளகு, அமுக்கிரா, சடமாஞ்சி, சுக்கு, குக்கில், ஆழியா, கருஞ்சீரகம், நல்லமிளகு வகைக்குக் கழஞ்சு 5 வீதம் எடுத்து, வில்லைவேர், உழிஞைவேர், கண்டங் கத்திரி வேர், அருகன்வேர், ஆடாதோடை வேர், இவற்றைச் சுத்தி செய்து வகைக்குக் கழஞ்சு ஒன்று வீதம் எடுத்து ஐந்துபடி வெள்ளம் வைத்து உழக்காக்கி, ஒரு உழக்குப் பஞ்சதாரை விட்டுக் கொடுக்க வேண்டும்.

4. செந்தெங்குக் கசாயம்

செந்தெங்கு இளநீர் விட்டு, முத்தங்காய்க் கிழங்கு, வில்வவேர், உழிஞைவேர், சடமாஞ்சி, அக்கரா, வால்மிளகு, குறுந்தொட்டிவேர் வகைக்கு ஒரு கழஞ்சு வீதம் எடுத்து, கசாயம் செய்து, உழக்கு வீதம் பஞ்சதாரையிட்டுக் கொடுக்கவும்.

5. வர்மத்திற்குச் சூரணம்

இந்த மாநிலம் தன்னிலொரு வர்மம் கொண்டால் இஞ்சி, சீரகம், சுக்கு, மல்லியோடு இடு. இவை வகைக்கு ஐந்தாம். ஏலம், திப்பிலி, விடையம், அரத்தை, கோரோசனை, வஞ்சியே, வால்மிளகு சேர்த்திட்டு, நல் அக்கரா மதுரமோடு கழஞ்சாக வாங்கியே பொடித்துச் சீனி சேர்த்து உண்ணில் நெஞ்சுவலி விலகும். நீண்டதோர் சுமைபாரமும், நெஞ்செரிப்பு, புளிப்பு, அக்கினி, மந்தம் நஞ்சிலும் கொடியதான வர்மமும் தீரும். எட்டுப் பொழுது குடிக்க வேண்டும். நாதனார் உரைத்தார் இதை.

6. வேறுவகைப் பொடி சூரணம்

ஆடாதோடை, கண்டங்கத்திரி, வில்வவேர், நாவுரிக்கதிர், உழிஞை ஆக மருந்து ஐந்து கழஞ்சு. சந்தனம், சடமாஞ்சி, அக்கரா, திப்பிலி, வால்மிளகு, அமுக்கிரா, சித்தரத்தை, மதுரம், ஏலம் இவற்றை இடித்துச் சீலைவடி கொண்டு, பஞ்சதாரை இட்டு விரவி ஒரு வெருகடி வீதம் தின்றால் வர்மம் நரம்புவலி, ஈடுரோகம், காசம், சுவாசம், வர்மத்தோடு சேர்ந்த ரோகங்களும் தீரும்.

7. வேறுவகை வர்மத்தைலம்

குறுந்தொட்டி வேரை எடுத்து அரைபடி வெள்ளத்தில் போட்டுக் காய்ச்சி நான்கில் ஒன்றாக குறுக்கி, கொட்டம், சந்தனம், முத்தங்காய், சீரகம், கிரிசாத்து, முசுக்காய் வகைக்கு ஐந்து கழஞ்சு எடுத்து இடித்து மேற்கூறிய கசாயம் விட்டு அரைத்து மேற்படி மருந்தையும், கசாயத்தையும் நாழி நல்லெண்ணையையும் கலக்கிச் சேர்த்து, மூன்று நாள் சூடு காட்டி மூன்றாம் நாள் வடித்துக் கொள்ளவும். இத்தைலத்தை ஒரு கரண்டி வீதம் உள்ளுக்குள் கொடுக்கவும், முழுகவும் பத்தியம் புளி ஆகாது.

8. அச்சுவாரி எண்ணெய் அல்லது வில்வ வேர் தைலம்

வில்வ வேர், குறுந்தொட்டி, வகைக்குக் கழஞ்சு ஐந்து எடுத்து ஒரு படி வெள்ளத்தில் போட்டு எட்டொன்றதாக்கி வடித்து அந்தக்

கசாயத்தில் கொட்டம், மதுரம், ராமிச்சு, செஞ்சந்தனம், குறுந் தொட்டி தோல், அருகன் புல் வேர், முத்தங்காய்க் கிழங்கு, வகைக்குச் சரியாகக் கலந்து வில்லையாக அரைத்துக் கசாயத்தில் கலக்கி நல்லெண்ணெய் படி ஒன்று விட்டு மூன்று நாள் வரையிலும் காய்ச்சி வடித்து முழுகி வரவும். தேய்த்தும் சூடு பிடிக்கலாம்.

9. வர்ம இளக்கத்திற்கு வல்லாரை நெய்

ஆனந்தக் களிப்பு தந்தனம் தனித்தவனாம் நாடி
நல்லதயவாக மனுவோர்க்குப் பிணிதீர வேண்டி
ஆனந்தக் களிப்பாகப் பாடிப் பெற்ற அன்னை
பிதாவுக்கும் அறைகிறேன் கோடி
சித்திரமான புதுமைநல்ல சீரான
வல்லாரை நெய்யதுதானே அருமை
அந்தநாதர்க்கன்றிச் சித்தர்கள் பெருமை
பத்திரமாய் பச்சைமூலி நல்ல
பாங்கான வல்லாரை பலம்நூறு
சட்டியில் வைத்துத் தண்ணீர் எட்டுப் படியாம்
அதைவகையாக விட்டு எட்டொன் றதாக்கிக்
கூடவே கடைச்சரக்கு கூட்டுவிதம் கேளு

சுக்குடன் ஏலம் கூட்டு — நல்ல இதமான
கச்சோலம் கலங்கொம்பு தாளிசம் கூட்டு
தானான சாதிக்காய் கூட்டு— நல்ல
தேத்தான் பத்திரி வெட்டிவேர் நாட்டு
இதமான கோஸ்டம் ராமிச்சு கூட்டு— நல்ல
சிங்காரமான சீரகம் ஏலம் சேரு

பேரான தாண்டிக்காய் வில்வக்காய் கூட்டு
நல்லெண்ணெய் காரம் வெங்காரம் சேரு— அதில்
பேரான செண்பகப்பூ குங்குமப் பூவோடு— நல்ல
கஸ்தூரி மஞ்சள் இம்பூரல் சேரு
நன்மையாம் கிரிசம் வால்மிளகு போடு
நல்ல இதமான வெப்பால் அரியும் கூட்டு
நலமாக நல்லாறு மருந்தெல்லாம் கூட்டி
இடைவட்டங்கள் வராமல் பார்த்து
மருந்துகளை விராகன் எடை சேர்த்து
ஆவின்பாலில் அரைத்து — நன்றாக

நீரான வல்லாரை கசாயத்தில் சேர்த்துக்
கனமான பாண்டத்தில் ஊத்தி — அதில்
கறுத்த ஆவின்நெய் ஐந்துபடி ஊத்தி
ஒன்றித்து அனலேத்தி — நல்ல
இதமாகக் கிண்டி மெழுகுபதம் பார்த்து
கட்டியான பீங்கானில் வடித்து — ஏமம்
கண்டித்த வர்மங்கள் ரோகங்கள் பார்த்து
வல்லாரை நெய்யதை எடுத்து — நலமாகக்
குடித்துவரத் தீரும் நோய் கேளு

மண்டலமாக இருபொழுதும் கொண்டால் — நல்ல
மார்க்கமாய்த் தீரும் நோய் சொல்லுகிறேன் கேளு
மட்டுக்கடங்கா பெருமாந்தம் — நல்ல
மார்க்கடுப்புடன் மேகங்கள் வாதம் பொல்லாக்
கருமவினையென்ற விஷரோகம் முதலாய்
முத்தின ஈளை இளைப்பு — நல்ல
மூலத்தின்சூடு எலும்புருக்கி தீரும்

சத்திப்பு இருமலோடு காசம் — பொல்லா
குன்மம் காசங்கள் போகும்
பத்திடும் நெய்யெல்லாம் நல்கிப்
பாங்காக நாளொன்றுக்கு இருநேரம் கொள்ள
முன்சொன்ன ரோகங்கள் தீருமென்று
முறையாகச் சொன்னேன் செய்யதை முகமது
நன்றிமறவா தவர்களுக்கு முதலில்
நல்லவனாய் நாள்தோறும் நீடுழி வாழ்கவும்.

10. திருமேனி எண்ணெய்

கண்டங்கத்திரி, ஆடாதோடை, ஆவரம்பட்டை, குறுந்தொட்டி, வில்லைவேர், அருகன் செஞ்சந்தனம் வகைக்குக் கழஞ்சு ஒன்றாக எடுத்து இடித்து 25 படி தண்ணீரில், நாலில் ஒன்றாக வற்ற வைத்து, நல்லெண்ணெய் விட்டு அதில் நற்சீரகம், சடமாஞ்சி, அக்கரா, வால்மிளகு, அமுக்கிரா, வில்வவேர், குறுந்தொட்டி, சந்தனம், தேவதாரம், நல்ல மிளகு, கிரிசாது வகைக்குக் கழஞ்சு ஒன்றாக அரைத்து எண்ணெயில் சேர்த்து வடித்துக் கொள்ளவும். பாத்திரத்தில் புனுகு, கோரோசனை, சாம்பிராணி, சூடம், கழஞ்சு ஒன்று போட்டு வடித்துக் கொள்ளவும். நல்லெண்ணெய் படி ஒன்று, எலுமிச்சம் பழச்சாறு, கற்றாழைச்சாறு வகைக்கும் படி ஒன்று கிரிசாத்து, அதிமதுரம், உழிஞைவேர்

வகைக்குக் கழஞ்சு ஒன்று அரைத்து முன் கூறிய எண்ணெயில் கலக்கிச் சாறும் சேர்த்து, மெழுகு பக்குவத்தில் காய்ச்சி வடித்துக் கொண்டு, நோயாளியின் உள்ளுக்குக் கொடுக்கவும்.

11. வேறுவகைத் திருமேனி எண்ணெய்

தீரம்பெருகும் திருமேனி எண்ணெயது சொல்வேன்
தேர்பெருகும் மேனியதாம் தைவாளையின் சாறும்,
அடிவளரும் நாவாயிலை சஞ்சீவியின் சாறும்
ஆனமால் நாயுருவி சூரியிலைச் சாறும்
கரையகலும் வேலியதாம் கையாந் தரைச்சாறும்
கவடான போகமுடன் மொசுமொ சுக்கை
வாம்பெரிய தேசியுடன் கருஞ்சூரையின் சாறும்
வெள்ளை கருடக்கொடி நன்னாரிச் சாறும்

இந்தவகைச் சாறெல்லாம் வகைக்குக் கால்படியாய்
இயல்பெறவே கடைவகை இயம்புவதைக் கேளும்
தொந்தமுடன் திரிசாதி திரிபலையும் மதுரம்
சொல் பெரிய திரிகடுகு திரிசீ ரகமாகும்
கந்தமுள்ள துத்தமது கார்கோலமது
கனமான இராமிச்சியோடு சந்தனம் மாலிதாரம்
அந்தமான திரிஏலமுடன் பகளத்தின் புத்து
அழகான மேதையுடன் ஆனந்த மேயாகும்

ஆகுமென்ற கோரோசனை புனுகுஅபினி குந்தரிக்காய்
அளவாக ஓர்கழஞ்சு நிறையதுவும் பாரே
தாயகமாய் எண்ணெய்சேர் இரண்டும் கூட்டித்
தயவாகமருந்தையெல்லாம்அரைத்துச்சாற்றில்கரைத்து
எண்ணெய்தனில் கலக்கி அனல் அடுப்பில் ஏற்றி
எரிவுடனே மெழுகுபதமாகக் கிண்டி இறக்கி
இறக்கிவைத்துச் சிவபூஜையெண்ணெய் பருகில்
இயலவர்க்குப் போகும்பிணி இயம்புகிறேன் கேளு
கேளப்பா உச்சிவர்மத்தால் எழுந்த நோய்கள்
கேளுசன்னி மண்டையிடி குத்துடனே மாறும்

ஆமப்பா நரம்புதிமிர் எல்லாம் தீரும்
அலவாடும் சன்னிவர்மம் கோணச்சன்னி போகும்
போகுமப்பா ஆண்டுமுன் சேர்ந்திருந்த வர்மம்
தளர்ச்சியுடன் ஆயாசம் மயக்கமெல்லாம் தீரும்
தீருமப்பா திருமேனி எண்ணெய் பலன்சொன்னேன்
திடமாக மெழுகிவரச் சிலவிசங்கள் போகும்
போகுமப்பா இந்த எண்ணெய் போகர்அருள் செய்தார்
பொறுதியுடன் உறுதிதரும் பிணியகலும் பாரே.

12. நரம்பு வசைவுக்கு எண்ணெய்

கற்றாழை, எழுத்தாணிப் பச்சிலை, வில்லை இலை, நல்லெண்ணெய் வகைக்குப் படி 5, நெய், ஆமணக்கெண்ணெய் படி நான்கு குறுந்தொட்டி, நற்சீரகம் வகைக்குக் கழஞ்சு 12. இவற்றை ஆவின் பாலில் அரைத்துக் கலக்கிக் காய்ச்சி, மெழுகு பதத்தில் வடித்துக் கொள்ளவும். கரியுப்பு உருக்கிக் கெட்டுக்கரியுப்பைக் குகைக்குள்ளே போட்டு வறுத்துக்கொண்டு ஊதி வருகிறபோது உருகி ஆடும். அச்சமயத்தில் ஆடுதீண்டாப்பாளை இலைச்சாறு கொஞ்சம் இடவும். நன்றாக உருகி ஆடின பிறகு கீழே சாய்க்கவும். எந்த வசைவுக்காவது அனுபானத்தில் ஒரு காசு எடை கொடுக்கவும்.

13. பச்சைக் கற்பூரம் செய்யும் விதம்

சூடம், நவச்சாரம், சாம்பிராணி, வெடியுப்பு, சீனாக்காரம், வகைக்குக் கழஞ்சு மூன்று எடுத்து, ஏலம் கழஞ்சு 5 எடுத்து, கச்சோலம் கழஞ்சு 5 எடுத்து, இவற்றையெல்லாம், தனித்தனியே நுணுக்கிச் சட்டிக்குள் போட்டு, பீங்கான் கவிழ்த்தி மூடி அருகே மண்ணடைத்து ஒரு தாழியில் மணலிட்டு-அதற்குள் வைத்து, ஒழுகுதீ எடுத்து, பிங்கானில் மேல்தூரில் சூடு கண்டவுடன் தீ ஆறப் போட்டு எடுத்துக் கொள்ளவும்.

14. வர்ம சந்தி மெழுகு

மதுரம், கொட்டம் அக்கிரா, அரத்தை, திப்பிலி, சந்தனம், செஞ்சந்தனம், கொம்பரக்கு, சீமைக்கருவாய்ப்பட்டை, திரிசாதி, திரிபாலை, வகைக்குக் கழஞ்சு பதினைந்து, சீரகம், ஆழியா வகைக்குக் கழஞ்சு மூன்று, குக்கில் கழஞ்சு ஆறு எடுத்துப் பொடித்துத் தேங்காய்ப் பாலில் விட்டுக் காய்ச்சவும். தாராக்கோழி முட்டையின் மஞ்சள் கருவினை ஆறு எடுத்து, கருப்புக்கட்டி சேர்த்து இடித்துக் கொள்ளவும். இதனை மேற்கூறிய வர்ம சந்தி மெழுகோடு கலந்து, சுண்டைக்காய் அளவு கொடுக்கவும். நீரடைப்பான், நீர்செறுப்பு, வயிற்றுவலி, அண்டவாய்வு இவையெல்லாம் தீரும். வர்மத்தால் வந்த நோய்களும் தீரும்.

15. வர்ம கருமுனி தைலம்

கருமை கருமுனி மகளை வருத்தி, அதின் தலையானதைத் தறித்து, செறுமுடியவற்றைப் பறித்து, சங்கு, எலும்பு குடல், பித்து இவற்றை அறுத்தெடுத்துக் கடுகு, வெள்ளுள்ளி, முருக்கன் கொழுந்து, விடுவேப்பன் கொழுந்தோடு பிடி நாலு உரலில் இட்டு

இடித்து உருண்டையாக உருட்டி, முனிமகள் இருதயமானதில் புகட்டு, பருத்த ஆமணக்கிலை பொதிந்து இதை வைத்தோர் பாகமாய் வைத்து வெடித்திடும் வேப்பம்பட்டை 5 பலம், விந்தை பெறும் குறுந்தொட்டிவேர் பலம் நான்காய்ப் பொடித்து, பதங்கம் விட்டுப் பாளை போற்றிச் செய்து அடுப்பை ஏற்றி, அனலை மூட்டிடு. எரித்த பின், முனிமகளை அவிழ்த்து அதன் பின்பு அத்தி களைந்து, பெருத்த மாமிசத்தில் நாலைந்து முட்டைதனை உடைத்து அதனில் செலுத்தி வருண வேப்பெண்ணெய் உரி திண்ண மாய் அதில் ஊற்றி, இன்னமும் இதில் மருந்து சொல்வேன், திரிகடுகு, சாதிலிங்கம், இயம்பும் அரிசி ஆறு வகை. சீனப்பாவுடனே முருகிடாமலே மெழுகு பருவமதில் வடித்து, பானை பூசைவருத்தி, வடிவேலனை இருதயமானதில் இருத்திப் பிடித்ததனை ஒருதுட்டு காசு எடை கொடுத்துப் பத்தியம் பிசகிடாமல் நடத்திக் கனத்த முருங்கை இலை சோறுடன் கருவாடும் அல்லாமல், அனைத்தையும் வறுத்துச் சாப்பிடு. எந்தன் மருந்து தயவு வைக்கில் மாறிடும் சூலை வாதமும் தீரும்.

OFFICE OF THE CURATOR
RECEIVED
1-4-1986
CHEPAUK, MADRAS-5
GOVT. ORIENTAL MANUSCRIPTS LIBRARY

வாக்படர் கூறும் வர்மானியச் செய்திகள்

வாக்படர் என்பவர் வடநாட்டு மருத்துவ வல்லுநர். இவர் வர்மசம்பந்தமாகப் பல செய்திகளைத் தமது நூலான 'அஸ்டாங்க இருதயா' என்ற நூலின்கண் கூறியுள்ளார். அவற்றின் சாரத்தை இங்குக் காண்போம்.

மர்மங்கள் : மர்மங்கள் மனித உடலில் 107 உண்டு. அவற்றுள் ஒவ்வொரு காலிலும், கையிலும் தனித்தனியே 11 மர்மங்கள் உள்ளன. கோஸ்டத்தில் 3, மார்பில் 9, முதுகில் 14, தோளுக்கு மேல் உள்ள அவையவங்களில் 37, ஆக மொத்தம் 107 மர்மங்கள் உள்ளன.

கால்களில் உள்ள மர்மங்கள்

1. **தல கிருதயம்:** இது உள்ளங்காலின் மத்திய பாகத்தில் உள்ள குழிந்த பகுதி. இந்த இடத்தில் அடிபட்டால் இறப்பு நேரிடும்.

2. **சிப்ரம்:** பெருவிரலுக்கும், ஆட்காட்டி விரலுக்கும் இடையில் உள்ள மர்மம் சிப்ரம் எனப்படும். இந்த வர்மத்தில் அடிபட்டால், உயிர்ச்சேதம் ஏற்படலாம்.

3. **கூர்ச்சம்:** சிப்ர வர்மத்திற்கு இரண்டு அங்குலத்திற்கு மேல் உள்ள பகுதி கூர்ச்சம் எனப்படும். இந்தப் பகுதியில் அடிபட்டால் பாதம் சுழன்று நடுங்கும்.

4. **கூர்ச்சிரஸ்:** கணுக்காலின் பூட்டிற்குக்கீழே அடுத்தாற்போல் இவ்வர்மம் உள்ளது. இவ்விடத்தில் அடிபட்டால் வீக்கம், வலி அதிகம் உண்டாகும்.

5. **குல்பம்:** முழங்காலுக்குக் கீழுள்ள, காலும், பாதமும் சேருமிடத்தில் இந்த வர்மம் உள்ளது. இவ்விடத்தில் அடிபட்டால் வலி உண்டாகிப் பாதம் அசைவற்றுக் காலின் வேலை [illegible]

6. இந்திரவஸ்தி: முழங்காலுக்கும், கணுக்காலுக்கும் இடையில் உள்ள வர்மம் இந்திரவஸ்தி எனப்படும். இவ்விடத்தில் அடிபட்டால் இரத்தப் பெருக்கு அதிகமாகி இறப்பு ஏற்படும்.

7. ஜாநு: காலும் தொடையும் கூடுமிடத்தில் உள்ள வர்மம் ஜாநு எனப்படும். இவ்விடத்தில் அடிபட்டால் உயிர்ச் சேதமின்றிக் கால் முடமாகும்.

8. ஆணீ: முழங்காலுக்கு 3 அங்குலம் மேல் உள்ள வர்மம் ஆணீ எனப்படும். இவ்விடத்தில் அடிபட்டால் தொடைப் பகுதி அசைக்கமுடியாதபடி ஆகிவிடும். வீக்கமும் உண்டாகும்.

9. உர்வீ: தொடையின் மத்திய பகுதியில் உள்ள வர்மம் உர்வீ எனப்படும். இவ்விடத்தில் அடிபட்டால் இரத்தம் அதிகமாக வெளியாகி அபாயம் நேரிடும்.

10. லோகிதம்: தொடையின் அடிப் பகுதியில் அமைந்துள்ள வர்மம் லோகிதம் எனப்படும். இவ்விடத்தில் தாக்கப்பட்டால் இரத்தப் பெருக்கு உண்டாகிப் பக்கவாதம் உண்டாகும்.

11. விடபம்: தொடைப் பகுதிக்கும் பீஜ கோசத்திற்கும் (விதைப் பகுதி) இடையில் உள்ள வர்மம் விடபம் என்று அழைக்கப்படும். இவ்விடத்தில் அடிபட்டால் ஆண்மை நீங்கிவிடும்.

கைகளில் உள்ள வர்மங்கள்

கால்களில் உள்ளது போன்றே கைகளிலும் வர்மங்கள் உள்ளன. ஆனால் சில வேறுபாடுகள் மட்டும் காணப்படுகின்றன. கணுக்கால், 'குல்பம்' எனப்படுவது போன்று மணிக்கட்டுப் பகுதி யானது'மணிபந்தம்'எனப்படும். இப் பகுதியில் அடிபட்டால் கைகள் செயலற்றுப் போய்விடும். தொடை இடுக்குப் பகுதியில் விடப மர்மம் இருப்பதுபோன்று, அக்குளில் [கமுக்கூட்டு] கக்ஷாதாரம் எனப்படும் வர்மம் உள்ளது. இவ்விடத்தில் தாக்கப்பட்டால் கை செயலற்றதாகிவிடும்.

கோஸ்டத்தில் உள்ள வர்மங்கள்

1. குதம்: பெருங்குடலில் இருந்து மலம், அபாநவாயு, இவற்றை வெளிப்படுத்த இணைக்கப்பட்ட பகுதி குதம் எனப்படும் இந்தப் பகுதியில் அடிபட்டால் உயிர் அபாயம் ஏற்படும்.

2. வஸ்தி: வில்லைப் போன்று வளைந்த, மூத்திரம் தங்கி இருக்க அவசியமானதும், இரத்தம், மாமிசம் சொற்பமாக உள்ளதும், நுனிப் புறத்தில் ஒரு துவாரம் கொண்டதுமான மர்மம் வஸ்தி எனப்படும். இவ்வர்மத்தில் அடிபட்டால் உயிர்ச் சேதமாகும். ஆனால் இப்பகுதி மூத்திரக் கற்களால் சிதைவு ஏற்பட்டால் உயிர் ஆபத்து உண்டாகாது.

3. நாபி (தொப்புள்): சிரைகளுக்கு ஆதாரமான நாபியில் அடிபட்டால் உயிர்ச் சேதம் உண்டாகும்.

மார்பு வர்மங்கள்

1. இருதயம்: இரண்டு மார்புகளுக்கும் இடையில் அமைந்த மர்மம் இருதயம் எனப்படும். இவ்விடத்தில் அடிபடின் உயிர்ச் சேதம் உண்டாகும்.

2. ஸ்தன ரோகிதங்கள்: இரு மார்புகளின் நேர்மேலே இரண்டு அங்குலங்களுக்கு மேல் இரு மர்மங்கள் உள்ளன. இந்த மர்மங்கள் ஸ்தனரோகிதங்கள் எனப்படும். இந்த மர்மப் பகுதி களில் அடி இடிகள் கொண்டதானால், மார்பறையில் கபம் அதி கரித்து உயிர்ச் சேதம் உண்டாகும்.

3. அப ஸ்தம்பங்கள்: மார்பின் உள்பகுதியில் இரு புறங் களிலும், வாய்வானது உட்சென்று வரப் பயன்படும் இரு குழாய்கள் 'அபஸ்தம்பங்கள்' எனப்படும். இந்தப் பகுதியில் அடிபட்டால், இரத்தம் நிரம்பிச் சுவாசமும், காசமும் அதிகரித்து இறப்பு உண்டாகும்.

4. அபலாபங்கள்: முள்ளந்தண்டு பகுதிக்கும், மார்புப் பகுதிக்கும் இடையில் அவற்றிற்கு இரு புறங்களிலும், தோளுக்குக் கீழே இந்த வர்மம் உள்ளது. இவ்விடத்தில் அடிபட்டால் மார்பறை யில் இரத்தம் நிரம்பிச் சீழ் பிடித்து இறப்பு உண்டாகும்.

5. கடிகதருணங்கள்: முதுகுத் தண்டுக்கு இருபக்கங்களிலும் கூபகச் செவிகள் என்னும் இடுப்பின் பக்க பிதுக்கங்கள், இரண்டு அமைந்து இருக்கின்றன. இதையொட்டி உள்ள பாகங்களில் 'கடிக தருணங்கள்' என்கின்ற இரு மர்மங்கள் உள்ளன. இவற்றில் அடி பட்டால் இரத்தப்பெருக்கு ஏற்பட்டு, பாண்டுரோகம் உண்டாகி இயற்கை உருவம் அழிந்து இறப்பு ஏற்படும்.

6. குகுந்தரங்கள்: இடுப்பின் பக்கங்களில் முதுகுத் தண்டுக்கு இருபுறமும் உள்ள பூட்டுகளில் பிருஷ்டங்களுக்கு

வெளியில் இம் மர்மங்கள் உள்ளன. அவை தாக்கப்படின் கால்கள் அசைக்க முடியாமல் போவதுடன் தொடு உணர்ச்சியும் போய் விடும்.

7. **நிதம்பங்கள்:** கூபகச் செவிகளுக்கு மேல் இருபுறங்களிலும், உட்பக்கமாய் இருக்கும் மர்மங்கள் 'நிதம்பங்கள்' எனப்படும். இவ்விடத்தில் அடிபட்டால் இவ்விடத்திற்குக் கீழ் உள்ள அவையவங்களில் வீக்கம் உண்டாகித் தேக வலிமை குன்றிப்போய் இறப்பு உண்டாகும்.

8. **பார்சவஸந்திகள்:** பிருஷ்ட பாகங்களுக்கும் உடலின் பக்கங்களுக்கும் இடையில் பாரிசங்களுக்கு உட்புறமாய்க் குறுக்காகவும் மேல்நோக்கியவாறும் அமைந்துள்ளவை பார்சவஸந்திகள் என்னும் வர்மங்களாகும். இவ்விடத்தில் அடிபட்டால் கூபகக் குழியில் இரத்தம் நிரம்பி இறப்பு நேரிடும்.

9. **ப்ருஹதீ:** முன்பு கூறப்பட்ட 'ஸ்தன மூலங்கள்' என்ற மர்மங்களுக்கு நேர் ரேகையில் முள்ளந் தண்டுக்கு இரு புறங்களி லும் அதைச் சார்ந்தாற் போல் இரண்டு மகா சிரைகள் உண்டு. இவையே ப்ருஹதீ எனப்படும். இவை தாக்கப்பட்டால் இரத்தப் பெருக்கு அதிகமாகி இறப்பு ஏற்படும்.

10. **அம்ஸபலகங்கள்:** முதுகுத் தண்டுக்கு இருபக்கங்களிலும் புய மூலங்களில் அமைந்துள்ள மர்மங்கள் இப்பெயர் பெறும். இந்த இடத்தில் தாக்கம் ஏற்பட்டால் புயங்கள் தொடு உணர்ச்சியை இழந்து விடும்.

தோள், அதற்கு மேற்பட்ட பகுதி வர்மங்கள்

1. **அம்ஸங்கள்:** கழுத்துக்கு இரு புறங்களிலும் கழுத்து, புயம், சிரசு இம்மூன்றுக்கும் இடையில் கழுத்தின் அடிப்புறத்தையும், தோள்பட்டையையும் இணைத்துச் சேர்ப்பவையான இரண்டு ஸ்நாயுக்கள் இப்பெயர் பெறும். இவ்விடத்தில் அடி ஏற்பட்டால் புயங்கள் அவற்றின் வேலையை இழந்துவிட நேரிடும்.

2. **நீலா, மந்யா:** கண்ட நாடி என்னும் பெரிய நரம்புக் கொடிக்கு இரு பக்கங்களிலும், முகவாய்க்கட்டையின் மூலப் பிரதேசங்களைப் பற்றிக் கொண்டு 4 வர்மங்கள் உள்ளன. அவற்றுள் இரண்டு 'நீலா' எனப்படும். ஏனைய இரண்டு 'மந்யா' எனப்படும். இப்பகுதிகளில் அடிபட்டால் குரல் வளம் குறையும், சுவையுணர்ச்சி குன்றும்.

3. மாத்ருகைகள்: கழுத்தில் உள்ள நாடிக் கொடியின் இரு புறங்களிலிருந்தும் நாக்குக்கும், நாசிக்கும் தனித்தனியே இரண்டு இரண்டாகப் போகிற 4 நாடிகள் 'மாத்ருகைகள்' என்று பெயர் பெறும் மர்மங்களாம். இப்பகுதிகளில் தாக்கம் ஏற்பட்டால் உடனே சாவு உண்டாகும்.

4. க்ருகாடிகைகள்: சிரகம் கழுத்தும் கூடும் இடங்களில் உள்ள இரண்டு மர்மங்கள் இப்பெயர் பெறும். இவ்விடத்தில் அடிபட்டால் தலை நிற்க முடியாமல் ஆடிப்போகும்.

5. விதுரைகள்: செவிகளுக்குக் கீழே அடுத்தாற்போன்று இரு பக்கங்களிலும் இரு மர்மங்கள் உள்ளன. இவை 'விதுரைகள்' எனப்படும். இவ்விடங்கள் தாக்கப்பட்டால் செவி கேட்காது.

6. பணங்கள்: நாசியின் உட்புறப் பாதைக்கு இரண்டு பக்கங்களிலும், காதுகளுக்குச் செல்லும் பாதைகளை அனுசரித்து ஓடுபவையான இரண்டு மர்மங்கள், தொண்டையினுள் மேற்புறமாய் அமைந்துள்ளன. இவற்றிற்குப் பணங்கள் என்று பெயர். இவ்விடங்களில் அடிபட்டால் நாசி மணம் அறியும் சக்தியை இழந்து விடும்.

7. அபாங்கங்கள்: கண்களுக்கு வெளியில் புருவங்கள் உடைய வால்முனைக்குக் கீழே 'அபாங்கங்கள்' என்ற இரு மர்மங்கள் உள்ளன. இவ்விடத்தில் அடிபட்டால் கண்பார்வை இழக்க நேரிடும்.

8. ஆவர்த்தங்கள்: அபாங்கங்கள் என்ற மர்மங்களுக்கு மேலே சிறு குழி போன்றவையாய் 'ஆவர்த்தங்கள்' என்ற இரு மர்மங்கள் உள்ளன. இவ்விடத்தில் அடிபட்டாலும் கண்பார்வை இழக்க நேரிடும்.

9. சங்கங்கள்: நெற்றியின் இருமுனைகளிலும் செவிகளின் பக்கமாய் ஒவ்வொரு பக்கத்திலும் 'சங்கங்கள்' என்ற இரு மர்மங்கள் உண்டு. அவற்றில் அடிபட்டால் உயிர் ஆபத்து ஏற்படலாம்.

10. உத்சேஷபங்கள், ஸ்த்தபநீ: சங்கங்கள் என்ற மர்மங்களுக்கு நேர்மேலே முன்னெற்றி மயிர்களின் ரேகைக்கு நேரில் 'உத்சேஷபங்கள்' என்ற இரு மர்மங்களும், கண்புருவங் களுக்கு இடையில் 'ஸ்த்தபநீ' என்கிற ஒரு மர்மமும் உள்ளன.

இந்த மூன்று மர்மப் பகுதிகளிலும், அடிகள் கொண்டால் சல்யம் உண்டாகும். அந்தச் சல்யம் வெளிப்படுத்தப்படாமல் இருந்தாலோ, அல்லது சல்யம் தானாகவே பழுத்து வெளிப்படுமானாலோ, மனிதனுக்கு அபாயம் இல்லை. அச்சல்யத்தை வலிய இழுத்து வெளிப்படுத்தினால் உயிர்ச்சேதம் உண்டாகும்.

11. ச்ருங்காடகங்கள்: தொண்டையாகிய மேல்வாயின் அடிப்புறத்தில நாக்கு, கண், நாசி, செவி இவற்றின் துவாரங்கள் ஒன்றுகூடும் பகுதியில் 'ச்ருங்காடகங்கள்' என்ற மர்மங்களின் நான்கு வாயில்கள் அமைந்து இருக்கின்றன. அவற்றில் அடிபட்டால் உயிர்ச்சேதம் ஏற்படும்.

12. ஸீமந்தங்கள்: சிரக்கபாலத்தில் குறுக்காகவும் நெடுகவும் ஐந்து கூட்டு பாகங்கள் உண்டு. அவ்வைந்துக்கும், 'ஸீமந்தங்கள்' என்று பெயர். இவ்விடங்களில் அடிபட்டால் தலைசுற்றலும், பித்துப்பிடித்தலும், மதிமயங்கிப் போதலும் சம்பவித்து உயிர் இழக்க நேரிடும்.

13. அதிபம்: சிரசின் உச்சியில் சிரைகள் ஒன்றுகூடும் இடத்தில் மயிர் சுழி உள்ள மத்திய பாகத்தின் உட்புறமாக அமைந்துள்ள மர்மம் அதிபம் எனப்படும். இந்த மர்மத்தில் தாக்கம் ஏற்பட்டால் உயிர் ஆபத்து ஏற்படும்.

மர்மத்தின் இலட்சணம்

மனித உடலில் எவ்விடத்தில் விஷமமாகத் துடிப்பு உள்ளதோ? அல்லது எவ்விடம் அழுத்தப்படுவதால் விஷமமான வலி உண்டாகிறதோ, அந்த இடம் மர்ம ஸ்தானம் எனப்படும். அதாவது, விஷமமான துடிப்புக்களைக் கொண்டு சில மர்மங்களையும், விஷமமான நோவினைக் கொண்டு வேறு சில மர்மங்களையும் அறியலாம்.

மர்மங்களின் அளவுகள்

விடபங்கள், கக்ஷாதாரங்கள், உர்வீக்கள், கூர்ச்சசிரசுகள் என்ற 12 மர்மங்களில் ஒவ்வொன்றும் விஸ்தீரணத்தில் ஒவ்வொரு அங்குலம் அளவுடையதாகும். மணிபந்தங்கள் குல்பங்கள், ஸ்தர மூலங்கள் இவற்றில் ஒவ்வொன்றும் இரண்டு இரண்டு அங்குலம் அளவுடையன. ஜாநூக்களும், கூர்ப்பரங்களும் தனித்தனியே மும்மூன்று அங்குலம் அளவுடையன. குதம், வஸ்தி, இருதயம், நாபி,

நீலைகள், ஸீமந்தங்கள், மாத்ருகைகள். கூர்ச்சரங்கள், ச்ருங் காடகங்கள், மந்யைகள் என்ற 29 மர்மங்களும், அவரவருடைய உள்ளங்கை அளவுடையன. மீதியுள்ள 56 மர்மங்களும், அரை அங்குலம் அளவுள்ளவை. வேறு சில வைத்திய ஆசாரியர்களின் கருத்துப்படி இவை எள் அல்லது நெல் அளவுள்ளதாம்.

மர்மம் தாக்கப்பட்டதும் செய்ய வேண்டிய சிகிச்சை

மர்ம ஸ்தானத்தில் அடிபட்டு அபிகாதம் உண்டானால் விரைவில் அதற்குச் சமீபத்திலுள்ள சந்திவரையில் அவ் அவையத்தினை அறுத்து விலக்கி விட வேண்டும். ஏனெனில் சந்தி பிரதேசம் வரையில் அறுக்கப்படுமானால் சிரைகள் சுருங்கிக் கொள்ளும். ஆகவே இரத்தப் பெருக்கு நின்று போய்விட அதனால் உயிர் ஆபத்தில் இருந்து நோயாளி தப்பி விடுவான்.

மர்ம ஸ்தானங்களைக் காக்க வேண்டியதின் முக்கியத்துவம்

மர்மத்தில் சிறிதளவு தாக்கினாலும், பாதிப்பு ஏற்படும். வைத்தியரது திறமையால் அம்மனிதன் பிழைத்தாலும், தாக்கப் பட்ட இடத்தில் ஏதேனும் நிலையான கோளாறு உண்டாகி விடும். இத்தகு அபாயகரமான மர்ம ஸ்தானங்கள் உடலில் உள்ளதால், அவ்விடங்களில் க்ஷாரப்பிரயோகம், விஷகுணமுள்ள ஔஷதங்களின் பிரயோகம், அக்கினிப்பிரயோகம் முதலான வற்றைச் செய்யாமல் ஜாக்கிரதையோடு இருந்து சிகிச்சை செய்ய வேண்டும்.

வர்மாணிய மருந்து சம்பந்தமான விளக்கங்கள்

1. பச்சிலைகள்

வர்ம சூத்திரம், படுவர்மத்தினைப் போக்க வேலிப்பருத்தி என்ற மூலிகைச் சாற்றினை உள்ளுக்குக் குடிக்கக் கொடுத்து உடலிலும் பூசுவது நல்லது எனக் கூறுகின்றது. தொடுவர்மத்தினைப் போக்க வல்லாரை மூலிகைச் சாற்றினை உள்ளுக்குள் குடிக்கக் கொடுத்து உடலிலும் பூசுவது நன்று எனக் கூறுகின்றது. குன்று தாங்கி மூலி என்ற மூலிகையினை வாயில் போட்டு எதிரிகளை நோக்கினால் மயங்குவர் எனக் கூறுகின்றது. சுக்கோடு வெற்றிலை என்ற மூலிகையினைச் சவைத்து காது, வலது மூக்குத் துவாரங்களில் ஊதிப் படுவர்மத்தில் விழுந்தவர்களை எழுப்பலாம் எனக் கூறுகின்றது. மூடில்லாத் தாளிச் சாற்றில் உலுவா விதையினை அரைத்துப் பூசினால் ஒடிந்த எலும்புகள் ஒன்று சேரும் என்று கூறுகின்றது. வர்மசூத்திர நூலின் மருந்துப் பகுதி, வேப்பிலை, வில்வ இலை, மொடக்கொத்தான் இலை, முருங்கை இலை, நாவாயிலை, தைவாழை இலை, தூதுவளை இலை, சூரி இலை, எழுத்தாணிப் பச்சிலை, ஆடுதீண்டாப்பாளை இலை, இசங்கு இலை போன்ற பச்சிலைகளும் மருந்தாகப் பயன்படுவதைக் கூறுகின்றது.

2. வெற்றி என்ற பச்சிலை

பச்சிலைகளின் நோய் தீர்க்கும் தன்மைகளைக் கூறிய இந்நூலாசிரியர் 6, 82, 86, 88 ஆகிய நான்கு பாடல்களில் வெற்றி என்ற பச்சிலை என்று, ஒரே ஒரு பச்சிலையை மட்டும் மிகச் சிறப்புக் கொடுத்துப் பாடியுள்ளார். வெற்றி என்ற பச்சிலை எது என்பதையும் கீழ் வரும் வரிகளில் விளக்கியுள்ளார்.

''தானான வெற்றியென்ற பச்சிலையைக் கேளு
சார்ந்தண்ணீர் தயவுதனில் தழைத்து நிற்கும்
வானான வயசதிற்கு நூற்றிப் பத்து
வகைதெரிந்தால் வாசம்வீசும் வல்லாரை என்பார்

கோனான சித்தருக்கும் கொடிமூ லிகை
கோகர்ணம் செய்கர்ணம் குருமுடிப்புக் கதிமூலி
நானான காலத்திற் கெல்லாம் ஆகும்
நவலோக உறுப்புக்களின் வசவுக் காகும்''

இப்பாடல் வரிகள், இம் மூலிகைக்கு வெற்றியென்ற பச்சிலை என்று ஏன் பெயர் வந்தது என்பதற்கு விளக்கம் தருகிறது. வெற்றி என்ற பச்சிலை என்பது வல்லாரை ஆகும். இந்த மூலிகை கொடி வகையைச் சார்ந்தது. கணுப்பகுதிகளே பூமியில் வேர்போடும் தன்மை வாய்ந்தது. இந்த மூலிகை இலை சிறிய வட்ட வடிவத்தில், சுற்றிலும் சிறிது வளைவுகளுடன் காணப்படும். இரட்டை விதை இலைத் தாவரத்தைச் சேர்ந்தது. தண்ணீர் செழிப்புள்ள வயல் வரப்புகளில் இவை, அதிகமாகக் காணப்படும். இதன் வயது 110 எனக் குறிக்கப்பட்டுள்ளது. இந்த மூலிகை தொடுவர்மத்தினைச் சுகப்படுத்துவதற்குரிய மூலிகை எனக் கூறப்பட்டுள்ளது. வேலிப் பருத்தி என்ற மூலிகை படுவர்மத்தினைச் சுகப்படுத்துவதற்குரிய மூலிகை எனக் கூறப்பட்டுள்ளது. என்ற போதிலும், வேலிப் பருத்தி மூலிகையால் கூட குணப்படுத்த முடியாத படுவர்மத்திற்கும் கூட, இந்த மூலிகைச் சாற்றினைக் கொடுத்தால் சுகம் கிடைக்கும் என வர்ம சூத்திரத்தின் 35 வது பாடல் குறிப்பிடுகின்றது.

''வாயமென்ன இளகாத காலத்திற்கு
....
....
அப்பனே ஆத்துவல்லாரை தானே யாகும்''

இதுமட்டுமின்றி, தொப்புள் பகுதியின் கீழ் மூலம் வரை காணப் படுகின்ற மிக ஆபத்து விளைவிக்கக்கூடிய, ஒன்பது வர்மங்களையும் இந்த வல்லாரை சுகப்படுத்தும். அதோடு உடலைத்தேற்றி, உரமுண்டாக்கி, சிறுநீரைப் பெருக்கி, வெப்பமுண்டாக்கி, உடலை ஆரோக்கியமடையச் செய்கிறது. சுரம், வீக்கம் இவற்றை மாற்றுகிறது எனக் கலைக்களஞ்சியம் இம்மூலிகையைப் பற்றி விளக்கிச் சொல்கிறது. எனவே இம்மூலிகையினை வெற்றி என்ற மூலிகை என இவ்வாசிரியர் கூறியதில் தவறில்லை.

வர்ம பிணியாளருக்குரிய கஞ்சி

முதல் வகை கஞ்சி: சுக்கு, நல்லமிளகு, திப்பிலி, திப்பிலி வேர், உழிஞை வேர், சிற்றமுட்டி வேர் (குறுந்தொட்டி) இவற்றை நன்கு இடித்து ஒரு பழந்துணியில் வைத்து, கட்டி வைத்துக்

கொள்ள வேண்டும். ஒரு பானையில் அரைப் படி அரிசியிட்டுத் தண்ணீர் விட்டுக் கஞ்சி காய்ச்ச வேண்டும். கிழியாகக் கட்டின மருந்தையும் கொதிக்கும் கஞ்சிப் பானையில் போட்டு நன்கு காய்ச்ச வேண்டும். கஞ்சியானது முறுகி வெந்ததும் இறக்கி, சிறிது ஆற வைத்து மருந்து கசாயத்தினைக் கஞ்சிவெள்ளத்தில் பிழிந்து விட்டுப் பத்து நேரம் குடித்து வந்தால் வர்மம் தீர்ந்து போகும்.

இரண்டாம் வகை கஞ்சி: சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, அதிமதுரம், திப்பிலிமூலம், சீரகம், ஈருள்ளி, குன்றிவேர், அருகன்வேர், உழிஞைவேர், கடலாடிவேர் (நாயுருவி) இவற்றை நன்கு உரலிலிட்டுச்சிதைத்துப் பழந்துணியில் கிழியாகக் கட்டிவைத்துக்கொண்டு முன்பு கூறியது போன்று கஞ்சி வைத்துக் குடித்து வந்தால் வர்மப் பிணிகள் தீரும்.

வர்ம நோய் கொண்டவர்கள், வர்மம் இளக்கப்பட்ட நாளில் இருந்து பத்து நாள் தொடர்ந்து கஞ்சி வைத்துக் குடிப்பது நன்று. உப்பில்லாத கஞ்சியே மிகவும் நல்லது. உப்பில்லாக் கஞ்சியைக் குடிக்க, வறுத்த உப்பிட்டு அரைத்த கருங்காணத் துவையல் சேர்த்துக் கொள்ளலாம். கண்டிப்பாகப் புளி சேர்க்கக் கூடாது. இந்த பத்திய முறைதவறாது பத்து நாட்கள் தொடர்ந்து இந்தக் கஞ்சி மட்டுமே அருந்தினால், வர்மசம்பந்தமான நோய்களான ஈளை இருமல், ஜலதோசம், ஏங்கிளைப்பு, புட்டி வலிப்பு, காசம் போன்றவை தீர்ந்து போகும்.

வர்மத்திற்குரிய குளிகை

சுக்கு, நல்ல மிளகு, திப்பிலி, அதிமதுரம், ஏலம், வெந்தயம், ஓமம், பச்சைக் கற்பூரம், கற்கடகசிங்கி, வெண்கொட்டம், புனுகு இவை ஒவ்வொன்றையும் இரு கழஞ்சு வீதம் எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும்.

தென்னம்பூ, இசங்குபூ, தூதுவளைப்பூ, வில்வப் பூ, மாதுளம்பூ ஆகிய ஐந்து பூக்களையும் வகைக்கு இரு கழஞ்சு வீதம் எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

குங்குமப்பூ, கோரோசனை இவற்றையும் வகைக்கு இரு கழஞ்சு வீதம் எடுத்துக் கொண்டு இவை அனைத்தையும் தனித் தனியே இடித்து, குழியம்மியில் வைத்து, கொம்பரக்கினை 1 நாள் முழுவதும் ஊற வைத்த நீரில், நன்றாக அரைத்து, ஒன்றாக்கி ஏழரை நாழிகை பசும்பாலில் இவற்றை ஊற வைக்க வேண்டும்.

அதன் பின்பு மீண்டும் இவற்றைப் பொன்னாவரைச் சாற்றில் மிகப் பசுமையாக ஆட்ட வேண்டும். பின் அவற்றைச் சிறு சிறு குளிகை யாக உருட்டி உலர்த்தி வைத்துக்கொண்டு, வர்மக் கசாயங்கள் ஏதேனும் ஒன்றில் கலந்து கொடுத்து வந்தால் வர்ம நோய்களான ஈளை, மந்தாரகாசம், அத்திச்சுரம், சுவாசகாசம், உள்வர்மம், ஈடுரோகம் அனைத்தும் தீரும்.

வர்மத்திற்குரிய கசாயங்கள்

1. **அமுக்கரா கசாயம்:** அமுக்கரா, சித்தரத்தை, அதி மதுரம், ஏலம், சந்தனம், சடமாஞ்சி, அக்கிராத்தை போன்ற மருந்துகளை வகைக்கு இரு கழஞ்சு வீதம் எடுத்துக் கொள்ளவும். சாரணை வேர், வில்வ வேர், குறுந்தொட்டி வேர், நொடி நெட்டி வேர், சிறு சின்னி வேர், அருகன்வேர் இவற்றை வகைக்கு ஒரு பிடி (கையளவு) எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். இவற்றைத் தனித் தனியே இடித்து, ஐந்துநாழி வெள்ளம் விட்டு நன்றாக வற்றக் காய்ச்சி (கசாயம் நான்கில் ஒருபகுதியாக வற்றக் காய்ச்சவேண்டும்) இறக்கி, சிறிது சர்க்கரை (சீனி) சேர்த்துக் குடிக்கக் கொடுத்தால் வர்மம் தீரும்.

2. **வேறு வகையான கசாயம்:** அதிமதுரம், சித்தரத்தை, நல்ல மிளகு, சுக்கு, கண்டங்கத்திரி வேர், நொடி நெட்டிவேர், சூரிவேர், தூதுவளை இவற்றை எடுத்து நன்கு இடித்து, இரண்டு படி வெள்ளத்தில் போட்டு, எட்டில் ஒன்றாகும்படி காய்ச்சிப் தவறாமல், மூன்று நாள் தொடர்ந்து குடித்து வந்தால் வர்ம பத்தியம் நோய்கள் எல்லாம் தீரும்.

3. **வேறு வகையான கசாயம்:** சித்தரத்தை, அக்கரா, வால்மிளகு, அமுக்கிரா, சடமாஞ்சி, சுக்கு, குக்கில், ஆழியா அரிசி, கருஞ்சீரகம், நல்ல மிளகு, இவற்றை வகைக்கு ஐந்து கழஞ்சு வீதம் எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். வில்லைவேர், குறுந்தொட்டிவேர், உழிஞைவேர், கண்டங்கத்திரி வேர், ஆடாதோடை வேர் இவற்றை வகைக்கு ஒரு கழஞ்சு வீதம் எடுத்துக்கொண்டு, ஐந்து படி வெள்ளம் வைத்து, உழக்கு வெள்ளமாகும் வரை வற்றக் காய்ச்சி, சிறிது சர்க்கரை (சீனி) சேர்த்து, பத்தியம் தவறாது குடித்து வர வர்ம நோய்கள் தீரும்.

4. **செந்தெங்குக் கசாயம்:** முத்தங்காய்க் கிழங்கு, வில்வ வேர், உழிஞைவேர், சடமாஞ்சி, அக்கரா, வால்மிளகு, குறுந் தொட்டி வேர், இவற்றை வகைக்கு ஒரு கழஞ்சு வீதம் எடுத்து,

நன்றாக இடித்து, வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். தேவையான அளவு செந்தெங்கு இளநீர்த் தண்ணீரை எடுத்துப் பானையில் ஊற்றி, இடித்து வைத்துள்ள மருந்துகளை அதில் போட்டு, வற்றக் காய்ச்சி, சிறிது சர்க்கரை (சீனி) இட்டு, பத்தியம் தவறாது குடித்துவர வர்ம நோய்கள் தீர்ந்து விடும்.

வர்மத்திற்குரிய சூரணங்கள்

1. ஒரு வகை சூரணம்: இஞ்சி, சீரகம், சுக்கு, மல்லி, ஏலம், திப்பிலி, அதிவிடையம், சித்தரத்தை, கோரோசனை, வால்மிளகு, அக்கரா, அதிமதுரம் இவற்றை வகைக்கு ஐந்து கழஞ்சு வீதம் எடுத்து, நன்றாக இடித்துச் சூரணம் செய்து,சிறிதளவு சீனி கலந்து சாப்பிட்டு வந்தால், வர்ம சம்பந்தமான நோய்களான நெஞ்சுவலி, நெஞ்சுபாரம், நெஞ்செரிப்பு, புளிப்பு, அக்கினி மந்தம், கொடிய வர்மங்கள் அனைத்தும் தீரும்.

2. வேறு வகை வர்ம சூரணம்:

ஆடாதோடை, கண்டங்கத்திரி, வில்வ வேர், நாவுரிக்கதிர், உழிஞை வேர், இவற்றை வகைக்கு ஐந்து கழஞ்சு வீதம் எடுத்துக் கொள்ளவும். மேலும் அக்கரா, திப்பிலி, வால்மிளகு, அமுக்கரா, சித்தரத்தை, அதிமதுரம், ஏலம் இவற்றையும் முன் கூறிய அளவில் எடுத்துக் கொண்டு, தனித்தனியாக மாவு போன்று இடித்து, துணியில் வைத்து அரித்து, பின் இவற்றை ஒன்று சேர்த்து வைத்துக் கொள்ளவும். இந்தச் சூரணத்தில் சிறிது பஞ்சதாரை [சீனி] இட்டு, ஒரு வெருகடி வீதம் [5 விரல் கூட்டி எடுக்கும் அளவு] உண்டால் வர்மம், நரம்புவலி, ஈடுரோகம், காசம், சுவாசம் முதலான வர்ம சம்பந்தமான நோய்கள் தீரும்.

வர்மத்திற்குரிய தைல வகைகள்

1. ஒருவகைத் தைலம்

குறுந்தொட்டி வேரினை எடுத்து இடித்து, அரைப்படி வெள்ளத்தில் போட்டு, நான்கில் ஒன்றாகக் குறுகும்படி காய்ச்சி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். பின்பு கொட்டம், சந்தனம், முத்தங்காய், சீரகம், கிரிசாத்து [நிலவேம்பு] முசுக்காய் [முசுமுசுக்கை] வகைக்கு 5 கழஞ்சு வீதம் எடுத்து, நன்றாக இடித்து, மேற்கூறிய கசாயம் விட்டுப் பசுமையாக அரைத்து, எடுத்து அரைப்படி நல்லெண்ணெயில் அதனைக் கலக்கி, மூன்று நாள் சூடு காட்டி மூன்றாம்நாள் வடித்துக் கொள்ளவும். இத்தைலத்தை ஒரு கரண்டி

வீதம் குடிக்கக் கொடுத்து வர வர்ம நோய்கள் மாறும். பத்தியம் புளி ஆகாது. இத் தைலத்தை உடலில் தேய்த்து வென்னீரில் குளிப்பது நலம்.

2. வில்லை வேர் தைலம் (அல்லது) அச்சுவாரி தைலம்

வில்லை வேர், குறுந்தொட்டிவேர், இவற்றை வகைக்கு ஐந்து கழஞ்சு வீதம் எடுத்து நன்கு இடித்து, ஒருபடி வெள்ளத்தில் போட்டு, எட்டொன்றாகக் குறுக்கி, இறக்கி வைத்துக் கொள்ளவும். பின்பு, கொட்டம் அதிமதுரம், ராமிச்சு, செஞ்சந்தனம், குறுந் தொட்டிதோல், அருகன்புல் வேர், முத்தங்காய் கிழங்கு, வகைக்கு ஒரு கழஞ்சு எடுத்து, முன்கூறிய கசாயத்தினை விட்டுப் பசுமை யாக அரைத்து எடுத்து, அதில் ஒருபடி நல்லெண்ணெய் விட்டு, மூன்று நாள் சூடுகாட்டி மூன்றாம் நாள் வடித்துக் கொள்ளவும். இத்தைலத்தை, வர்ம அடிபட்ட இடங்களில் தேய்த்து, வென்னீரில் குளிக்கவோ, அல்லது சூடு பிடிக்கவோ செய்தால் வர்ம நோய்கள் தீரும். இததைலத்தை ஒரு கரண்டி வீதம் உள்ளுக்குக் குடித் தால் பத்தியம் தவறாது காப்பது மிகவும் நல்லது. உப்பு, புளி சேர்க்கவே கூடாது.

3. வர்மக் கருமுனி தைலம்

கருமுனி என்பது கருமையான பெட்டைக் கோழியாகும், கருத்த சாதியைச் சேர்ந்த பெட்டைச் கோழி ஒன்றினை வாங்கித் தலையினை அகற்றிவிட்டு, சிறு முடிகூட இல்லாமல் களைந்து, கோழியின் சங்கெலும்பு, குடல், பித்தம் இவற்றை அகற்றி விடவேண்டும். பின்பு கடுகு, வெள்ளுள்ளி, முருக்கன் கொழுந்து, வேப்பங்கொழுந்து, இவற்றை நாலுபிடி எடுத்து, உரலில் இட்டு, இடித்து உருண்டையாக உருட்டி, கோழியின் வயிற்றில் வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

அதன் பின்பு ஒரு பெரிய பானையை எடுத்து, அதில் சிறிதளவு தண்ணீர் விட்டு, அதில், ஐந்து பலம் வேப்பம் பட்டையினையும், நான்கு பலம் குறுந்தொட்டி வேரினையும், போட வேண்டும். அதன்பின்பு, பானையினுள்ளே உள்ள தண்ணீருக்கு மேலே குறுக்காக வேப்பங்கம்புகளை அடுக்கி அதன் மேல் கோழியினை வைத்து, பின்பு பானையை மூடி, ஆவி வெளியே வராதபடி, பழஞ் சீலையினை உலைமூடியோடு சேர்த்துச் சுற்றி, துணியில் களிமண்ணைப் பூசி, அடுப்பில் வைத்து நன்கு தீ போட வேண்டும். வேப்பம்பட்டை, குறுந்தொட்டிவேர் கசாயத்தின் நீராவி, கோழியின் உடலைத் தாக்குவதால், அதிலுள்ள சத்தும், கோழியின்

வயிற்றில் இருக்கும் மருந்துகளின் சத்தும், கசாயத்தில் கீழே இறங்கும். தேவையான அளவு தீயிட்ட பிறகு அதனை இறக்கி வைத்து, கோழியிலுள்ள எலும்பை நீக்கி, சதையிலுள்ள சாற்றினை அப்பானையிலுள்ள கசாயத்தில் பிழிந்து விடவேண்டும். அது போன்றே கோழி வயிற்றில் வைக்கப்பட்ட மருந்துகளையும் பிழிந்து கசாயத்தில் விடவேண்டும். அதன் பிறகு இந்தக் கசாயத்தோடு, 5 முட்டையினை உடைத்து விட்டு, அதோடு அரைப்படி வேப்பெண்ணெயினையும் விட வேண்டும். இவை மட்டுமல்லாமல் சுக்கு, நல்ல மிளகு, திப்பிலி, சாதிலிங்கம், அறு வகை அரிசி (வெப்பாலை அரிசி, விளால் அரிசி, சிறுபுன்னை அரிசி, உலுவா அரிசி, கொத்தம்பால் அரிசி, திப்பிலி அரிசி) சீனப்பா (பரங்கிப்பட்டை) இவற்றை எடுத்து நன்கு இடித்து, மாவாக்கி, அரித்துக் கசாயத்தோடு விட்டு, மெழுகு பருவம் வரும் வரை காய்ச்சி வடித்துச் சிவபூசை செய்து, இறைவனை வணங்கி, வர்ம நோயாளிக்கு ஒரு துட்டு காசு அளவு (மூணேமுக்கால் குன்றி எடை) குடிக்க கொடுத்து வந்தால் வர்ம நோய் குணமாகும். முருங்கையிலை சோறு மட்டுமே கொடுக்க வேண்டும். கருவாடு சேர்க்கவே கூடாது. உப்பை வறுத்துச் சேர்க்கலாம். புளி சேர்க்கவே கூடாது. இத்தைலத்தை அருந்தும்போது மூன்று வேளை வெறும் சோற்றுப் பருக்கை மட்டுமே உண்ண வேண்டும். நான்காம் வேளை தான், சிறிது வென்னீர் அருந்தலாம். பத்தியம் சிறிதளவு தவறினாலும் நோய் குணமாகாது. மீன், முட்டை, இறைச்சி தவிர்க்கவும். 4ஆம் நாள் முருங்கைக்காய் கறி வைத்து (புளி சேர்க்காமல்) கொடுக்கலாம்.

வர்மத்திற்குரிய எண்ணெய்கள்

1. முதல்வகை திருமேனி எண்ணெய்

கண்டங்கத்திரி, ஆடாதோடை, ஆவரம் பட்டை, குறுந்தொட்டி, வில்லைவேர், அருகன்வேர், செஞ்சந்தனம் இவற்றை வகைக்கு கழஞ்சு ஒன்று வீதம் எடுத்துக்கொண்டு, 25 படி தண்ணீர் விட்டு, நாலில் ஒன்றாக வற்றக்காய்ச்சி அதில் தேவையான அளவு நல்லெண்ணெய் விடவேண்டும். அதன்பின்பு நற்சீரகம், சடமாஞ்சி, அக்கரா, வால்மிளகு, அமுக்கிரா, வில்வவேர், குறுந்தொட்டி, சந்தனம், தேவதாரம், நல்ல மிளகு, கிரிசாத்து இவற்றை வகைக்கு ஒரு கழஞ்சு வீதம் எடுத்து நன்றாக அரைத்து மாவாக்கி அரித்து எடுத்து, முன்பு இறக்கி வைத்த நல்லெண்ணெய் கலந்த கசாயத்தோடு கலந்து, மீண்டும் அடுப்பில் அனலேற்றிக் காய்ச்ச வேண்டும். வாசனை வீசும் பக்குவத்தில், புனுகு, கோரோசனை,

சாம்பிராணி, சூடம் தடவிய பாத்திரத்தில் வடித்துக் கொள்ள வேண்டும்.

அதன்பிறகு நல்லெண்ணெய், எலுமிச்சம் பழச்சாறு, கத்தாழைச் சாறு, வகைக்குப் படி ஒன்று வீதம் எடுத்து, முன்பு வடித்து வைத்த எண்ணெயோடு கலக்கவும். அதோடு நற்சீரகம், கிரிசாத்து, அதிமதுரம், உழிஞைவேர் இவற்றையும் பொடியாக்கிக் கலக்கவும். பின்பு மெழுகு பருவம் வரும் வரை காய்ச்சி வடித்துக் கொண்டு, நோயாளிக்கு உள்ளுக்கும் கொடுத்து வரலாம். வெளியிலும் பூசலாம். இந்த எண்ணெயினை உள்ளுக்குக் கொடுத்தால் பத்தியம் தவறாது காத்தல் வேண்டும். புளி, உப்பு தவிர்க்க வேண்டும். இப்படிச் செய்தால் வர்ம நோய்கள் அகலும்.

2. இரண்டாம் வகை திருமேனி எண்ணெய்

குப்பைமேனி இலைச்சாறு, தைவாளை இலைச்சாறு, நாவாயிலைச்சாறு, சஞ்சீவி மூலிகைச்சாறு, நாயுருவி இலைச்சாறு, சூரி இலைச்சாறு, [நத்தகுள இலை] வேலிப்பருத்தி இலைச்சாறு, கையாந்தரை இலைச்சாறு, மொசுமொசுக்கை இலைச்சாறு, எலுமிச்சம் பழச்சாறு, கருஞ்சூரை இலைச்சாறு, வெள்ளைக் கருடக் கொடி இலைச்சாறு [தலை வெட்டுக் கொடி], நன்னாரிச்சாறு [நறுநற்றி] இவற்றை வகைக்குக் கால்படி எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். அதன்பின்பு ஜாதிக்காய், சாதிபத்திரி, கிராம்பு கடுக்காய், தான்றிக்காய், நெல்லிக்காய், அதிமதுரம், சுக்கு, நல்ல மிளகு, திப்பிலி, கருஞ்சீரகம், நற்சீரகம், பெருஞ்சீரகம், துத்தம், கார்கோல் அரிசி, எலுமிச்சை, சந்தனம், மாலிதாரம் [மாயக்காய்], திரிஏலம் [மூவகை ஏலம்], பகளத்தின் புத்து, மேதை கோரோசனை, புனுகு, அபினி, குந்தரிக்காய் போன்ற கடை மருந்துகளை வகைக்கு ஒரு கழஞ்சு வீதம் எடுத்து, முன்கூறிய சாறு கொண்டு பசுமையாக அரைக்க வேண்டும். அரைத்த சாற்றினை நன்கு கலக்கி வைக்கவேண்டும். அதோடு தேவையான அளவு நல்லெண்ணெயும் சேர்க்க வேண்டும். பின் இக்கலவையை அடுப்பில் ஏற்றி மெழுகு பதமாகக் கிண்டி இறக்கி வைத்து, சிவபூஜை செய்து, உடம்பில் தேய்த்து, வென்னீரில் குளித்துவர வர்ம நோய்கள் குணமாகும். இந்தத் திருமேனி எண்ணெயை உள்ளுக்கும் பருகலாம். பத்தியம் தவறக் கூடாது. இந்த எண்ணெயினால், உச்சி வர்மத்தால் கூடிய நோய்கள், சன்னி, தலைவலி, குத்து, உளைச்சல், நரம்பு திமிர், அலவாடும் சன்னி வர்மம், கோணச்சன்னி, இளக்கப் படாமல் பல ஆண்டுகளாக காணப்படும் வர்ம நோய்கள், தளர்ச்சை, ஆயாசம், மயக்கம் எல்லாம் தீரும். இந்த எண்ணெயினை உலகுக்கு அருளினவர் போகர்.

3. நரம்பு வசைவுக்கு எண்ணெய்

கத்தாழைச் சாறு, எழுத்தாணிப் பச்சிலைச் சாறு, வில்வ இலைச் சாறு, நல்லெண்ணெய் இவற்றை வகைக்கு ஐந்துபடி எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். ஆவின் நெய், ஆமணக்கெண்ணெய் நான்குபடி எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். குறுந்தொட்டி, நற்சீரகம் இவற்றை வகைக்கு 12 கழஞ்சு வீதம் எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். குறுந்தொட்டி, நற்சீரகம் இவற்றை ஆவின் பால் விட்டு நன்றாக அரைத்து வைத்துக் கொண்டு, எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகக் கலக்கி, அடுப்பில் ஏற்றி நன்றாகக் காய்ச்ச வேண்டும். மெழுகு பருவத்தில் வரும்போது வடித்துக் கொள்ள வேண்டும்.

அதன்பிறகு ஒரு மண்ணாலான குகைச் சட்டியை எடுத்து அதில் கெட்டுக் கறியுப்பைப் போட்டுத் தீயிட்டு வறுக்க வேண்டும். அந்தக் கறியுப்பு ஊதிவரும்போது ஆடுதீண்டாப்பாளைச் சாற்றினை அதில் விடவேண்டும். சாற்றினை விட்டதும் கறியுப்பு உருகி ஆடும். நன்றாக உருகி ஆடின பிறகு கீழே வடித்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

முதலில் காய்ச்சி எடுத்த எண்ணெய் நரம்பு வசைவு எண்ணெய். இந்த எண்ணெயினை நரம்பு சுளுக்கு, எலும்பு ஒடிவு, வர்ம இடிகள் கொண்ட பிணிகளுக்கு அடிபட்ட இடத்தில் போட்டு வரலாம். இரண்டாவது காய்ச்சின கறியுப்பை ஏதாவது வர்மக் கசாயத்திலோ, இஞ்சிச் சாற்றிலோ உள்ளுக்குக் குடித்து வர வர்ம நோய்கள் அனைத்தும் தீரும்.

வர்ம இளக்கத்திற்குரிய வல்லாரை நெய்

வல்லாரை மூலிகையினைப் பசுமை குன்றாமல் நூறு பலம் எடுத்து, சட்டியிலிட்டு, அதில் எட்டு படி தண்ணீர் விட்டு, எட்டொன்றாக வற்றும் படியாகக் காய்ச்சி, வடித்துக் கொள்ள வேண்டும். அதன் பின்பு சுக்கு, ஏலம், கச்சோலம், கலங்கொம்பு (கலைமான் கொம்பு), சாதிக்காய், தாளிசபத்திரி தேத்தான் கொட்டை, சாதிபத்திரி, வெட்டிவேர், கொட்டம், ராமிச்சு, சீரகம், தாண்டிக்காய், வில்வக்காய், காரம், வெங்காரம், செண்பகப்பூ, குங்குமப்பூ, கஸ்தூரி மஞ்சள், இம்பூரல், கிரிசாத்து, வால்மிளகு, குடவெப்பால், அரிசி போன்ற கடை மருந்துகளை ஆவின் பாலில் நன்றாக அரைத்து, வல்லாரை கசாயத்தில் சேர்க்க வேண்டும். இவற்றோடு தேவையான அளவு நல்லெண்ணெயும், ஐந்து படி கறந்த ஆவின் நெய்யினையும் விட்டு ஒன்றாகக் கலக்கி, அனல் ஏத்தி, இதமாகக் கிண்டி, மெழுகு பதம் பார்த்துக் [illegible]

பீங்கான் பாத்திரத்தில் வடித்து வைத்துக் கொள்ளவும். இதுவே வர்மம் இளக்கும் வல்லாரை நெய் ஆகும். இந்த நெய்யினைப் பத்தியம் தவறாது குடித்துவர வர்மம் இளகி, நோய்கள் குணமாகும்.

இந்த வர்ம நெய்யினால், பெருமாந்தம், மார்க்கடுப்பு, மேகங்கள், வாதம், விசரோகம், முத்தின ஈளை, இளைப்பு, மூலச் சூடு, எலும்புருக்கி, இருமல், காசம், குன்மம் ஆகிய நோய்கள் தீரும். இந்த வல்லாரை நெய்யினை நாளொன்றுக்கு இரு பொழுது வீதம் அருந்தி வர வேண்டும்.

வர்ம சந்தி மெழுகு

அதிமதுரம், கொட்டம், அக்கிரா, சித்தரத்தை, திப்பிலி, சந்தனம், செஞ்சந்தனம், கொம்பரக்கு, சீமைக்கருவாப்பட்டை, சாதிக்காய், சாதிபத்திரி, கிராம்பு, கடுக்காய், தான்றிக்காய், நெல்லிக்காய் வகைக்குக் கழஞ்சு பதினைந்து வீதம் எடுக்கவும்; சீரகம் ஆழியா வகைக்குக் கழஞ்சு மூன்று வீதம் எடுக்கவும். குக்கில் கழஞ்சு ஆறு எடுக்கவும். இவற்றை நன்றாகப் பொடித்துத் தேங்காய்ப்பால் விட்டுக் காய்ச்ச வேண்டும். அதன் பின்பு ஆறு தாராக்கோழி முட்டையின் மஞ்சள் கருவினை எடுத்து, கருப்புக் கட்டியோடு சேர்த்து இடித்து எடுத்துக்கொண்டு, மேற்கூறிய வர்ம சந்தி மெழுகுடன், இதையும் கலந்து சிறிது சூடாக்கி, இறக்கி வைத்து, தினந்தோறும் சுண்டைக்காய் அளவு கொடுத்து வரவும். உப்பு, புளி தவிர்க்கவும். இந்த மருந்தினால் நீரடைப்பான், நீர் செறுப்பு, வயிற்றுவலி, அண்டவாயு போன்ற நோய்கள் எல்லாம் தீரும்.

பச்சைச் கற்பூரம் செய்யும் விதம்

சூடம், நவச்சாரம், சாம்பிராணி, வெடியுப்பு, சீனாக்காரம் வகைக்கு மூன்று கழஞ்சு எடுத்துக் கொள்ளவும். ஏலம் ஐந்து கழஞ்சு எடுத்துக் கொள்ளவும். கச்சோலம் ஐந்து கழஞ்சு எடுத்துக் கொள்ளவும். இவற்றையெல்லாம், தனித்தனியே நுணுக்கிச் சட்டிக்குள் போட்டு பீங்கான் பாத்திரத்தால் சட்டியை மூடி, ஒழுகு தீ (தீ கங்கு) மட்டும் வைத்து, சட்டியைச் சூடு படுத்த வேண்டும். சட்டியின் மேல் பாகத்தில் மூடப்பட்டிருந்த, பீங்கான் பாத்திரத்தில் சூடு பரவ ஆரம்பித்ததும், தீயை ஆறப்போட்டுச் சட்டியை இறக்கி வைக்க வேண்டும். இதுவே பச்சைக் கற்பூரம் செய்யும் விதமாகும்.

விளக்கவுரை

அகத்தியனார் (87) *

அகத்தியர் என்ற பெயர் கொண்ட பலர் தமிழகத்தில் வாழ்ந்தனர். அகத்தியம் எழுதிய அகத்தியர் பெயரைப் பிற்காலத்து வாழ்ந்த சித்தர்களும், தங்கள் பெயராகச் சூட்டிக் கொண்டனர். அகத்தியர் எழுதியதாகக் கூறப்படும் மருத்துவ நூற்கள் கணக்கற்றவை. இவற்றின் பாடல் அமைப்பில் பெரும்பாலும் வட்டாரச் சொற்கள் அதிகம் இடம் பெறுகின்றன. அதோடு பெரும்பாலான மருத்துவ நூற்கள் பிற்கால யாப்பான விருத்தப்பாவிலேயே அமைந்துள்ளன. எனவே தொல்காப்பியர் குருவான அகத்தியர் வேறு. பிற்காலத்தில் வாழ்ந்த அகத்தியர் என்ற பெயர் சூடிய சித்தர்கள் வேறு. அகத்தியர் என்ற பெயருள்ள சித்தர் ஒருவர் 'வெற்றி நூல்' என்றொரு வர்ம நூலினைப் பாடியுள்ளதாக வர்ம சூத்திர ஆசிரியர் கூறிச் செல்கிறார். அகத்தியனார் என்று இங்கு குறிப்பிடப்படுபவர் வெற்றி நூலைப் பாடிய அகத்தியரே.

அடவு (21, 44)

எதிரி தாக்கும்போது, காலை எந்தெந்த இடத்தில் தூக்கி வைத்து, எந்தெந்த முறையில் கையை அசைத்து எதிரியை வீழ்த்த முடியுமோ, அந்த முறை சிறிதுகூட மாறாது எதிரியை வீழ்த்துவதே அடவு எனப்படும். உதாரணமாக நான்கு எதிரிகள் தாக்க வரும்போது, இந்த அடவுப் பயிற்சி நன்கு அறிந்தவன், தனது இரு கால்களையும், சிலுவை போன்ற அமைப்புடைய நான்கு கட்டங்களிலும், சிறிதுகூட பிறழாமல் வைத்துக் கைகளையும், நான்கு திசைகளிலும், அசைத்து எதிரியை வீழ்த்துவான். இந்த அடவு முறையில் இருந்து சிறிது கால் மாறினாலும், எதிரியை வீழ்த்த முடியாது. இந்த அடவு முறையினை வர்ம ஆசான்மார்களிடம் முறையாகக் கற்க வேண்டும்.

---

* எண்கள் பாடல் எண்களையும் ம. எண் மருத்துவப்பகுதி எண்களையும் குறிக்கும்.

அலவாடும் சன்னி (ம. 11)

இது ஒரு வகை சன்னியாகும். இந்தச் சன்னி ஏற்பட்டால் குளிரால் நடுங்குபவனது, அலவானது ஆடுவதுபோன்று, அலவு ஆடும். இந்தச் சன்னி தீர, உடலில் திருமேனி எண்ணெயினை நன்கு தடவ வேண்டும்.

அனுமார் (7, 90)

அனுமார், இராமனுக்கு உதவி செய்த வாயுவின் மகன். சஞ்சீவி மலையைத் தூக்கிச் சென்று ஆபத்திற்கு உதவியவராத லால், சித்த மருத்துவத்தில், அனுமார் முதலிடம் பெறுகின்றார். அனுமாரைத் தியானம் செய்த பின்பே வர்மக்கலை பயிலப்பட வேண்டும் என்று வர்ம சூத்திரம் கூறுகின்றது. மெய்தீண்டாக் காலம் என்ற சிறந்த வர்மக் கலைக்குரிய மூலிகையான, குன்று தாங்கி மூலியைப் பிடுங்க வேண்டுமானால், அனுமார் மந்திரம் ஓதிய பிறகே பிடுங்க வேண்டும்.

ஆயாசம் (ம. 11)

மயக்கம் அல்லது தளர்ச்சை. வர்ம அடி பட்டவுடன் ஏற்படும் தளர்ச்சையே ஆயாசம் எனப்படுகின்றது.

ஆலமுண்ட கண்டர் (37)

சிவபெருமான் ஆலமுண்ட கண்டர் என அழைக்கப்படுகிறார். இவர் கண்டத்தின்கண், இவர் உண்ட விசம் இருப்பதால் இவருக்கு இப்பெயர் ஏற்பட்டது.

இருபொழுது (ம. 9)

காலை, மாலை ஆகிய இரு வேளைகளும் இருபொழுது என்று கூறப்படுகின்றன. வல்லாரை நெய்யினை, இருபொழுது உண்டால் வர்மம் இளகும்.

ஈடுரோகம் (101, ம. 6)

வர்மத்தில் அடிபட்டு வர்மம் கொண்ட பிறகும், இது ஒன்றும் செய்யாது என்று எண்ணி, வாலிப பருவத்தில் அதனைக் கவனிக்காது விட்டு விட்டார்களானால், அந்த வர்மம் இளக்கப் படாமல், உடம்பில் இருந்து முற்றி, கைகால்களை முடக்கச் செய்து விடும். இந்த வகையில், இளக்கப்படாத வர்மத்தினால் உண்டாகும் நோய் ஈடு ரோகம் எனப்படும்.

உச்சி வர்மம் (ம. 11)

தலை உச்சியில் அடி இடி கொண்டால், உண்டாகும் வர்மமே உச்சி வர்மமாகும். உச்சி வர்மம் கொண்டால், இளக்கு முறை செய்வது கடினம். உச்சிவர்மத்தால், மூளைரோகம், பீனிசம், தலைவலி போன்ற நோய்கள் உண்டாகும்.

உண்டை (ம. 15)

உருண்டையாக உருட்டி நோயாளிக்குக் கொடுக்கப்படும் குளிகையே உண்டை எனப்படும். வர்மத்தால் ஏற்பட்ட நோய் களுக்கு ஏற்பத் தூதுவளை அளவு, குன்றிமணி அளவு என உருண்டையாக உருட்டி வைத்தியர்கள் கொடுப்பர்.

உமை (87)

சிவபெருமானின் மனைவியான சக்தி உமை என அழைக்கப்படுகிறாள்.

உள்வர்மம் (61, 100)

உடலின் உட்பாகங்களில் சில வர்மங்கள் உண்டாகும். இதனை உள் வர்மம் என்பர். காரீரல் பகுதி, காதின் குருத்துப் பகுதி இவற்றில் வெளியே அடிபட்டாலும், இந்த வர்மம் உள்ளே தாக்கி விடும். இந்த உள்வர்மம் ஆறு என நூற்கள் கூறுகின்றன. இளக்கப்படாமல் முற்றிய வர்மத்தினையும் உள் வர்மம் எனச் சிலர் கூறுகின்றனர். சிலர் உச்சி வர்மம், பூட்டு வர்மம், பதப்பு வர்மம் இவற்றை உள் வர்மம் என்பர்.

எமன் (38)

உயிர்களைக் கவர்பவன் எமன். சில வர்மங்களை எமனுக்கு நிகராகவே கூறுகின்றனர். வர்மத்தில் அடிபடுவதும், எமன் கையில் சிக்குவதும் ஒன்று என்று கூறுகின்றார்கள்.

எலும்புருக்கி (ம. 9)

படுவர்மப் பகுதிகளில் அடிபட்டு, அவ்வர்மத்தினைச் சரியாக இளக்கிக் குணப்படுத்தா விட்டால், எலும்புருக்கி நோய் ஆட்கொண்டுவிடும். எலும்புகள் வளர்ச்சி குன்றி மிக ஒல்லியாகிச் சாக நேரிடும். சில வர்மங்களுக்கு மருந்து சாப்பிட்டு வரும்போது இச்சா பத்தியம் கடைபிடிப்பது மிக அவசியம். அந்த இச்சா

பத்தியம் தவறினால், விந்து கழன்று எலும்புருக்கி நோய் உண்டாகிவிடும்.

ஏங்கிளைப்பு (98)

இளைப்பு நோய்கள் பலவகைப்படும். இவற்றில் ஏங்க ஏங்க மூச்சுவாங்கும் இளைப்பு நோயே ஏங்கிளைப்பு எனப்படுகிறது.

ஒடி முறிவு (50, 94)

வர்மத்தில் அடிபட்டால், சதை எலும்பு இவைகளில் முறிவு ஏற்படும், சதை முறிந்தால் அதனைச் சதை முறிவு என்பர். எலும்பு முறிந்தால் எலும்பு முறிவு என்பர். இந்த முறிவு என்பது முற்றிலும் துண்டாகாமல் சேதப்படுவது எனப்பொருள். ஒடிவு என்பது சதையோ அல்லது எலும்போ முற்றிலும்துண்டாவது எனப் பொருள்படும்.

ஓங்காரம் (33)

'ஓம்' என்ற பிரணவ மந்திரமே ஓங்காரம் என்று அழைக்கப் படுகிறது.

கணபதி (1)

சிவபெருமானின் மூத்த மகனான விநாயகரே கணபதி ஆவார். கணபதியைத் தொழுதால் காரியம் சித்தியாகும் என்பது சைவர்கள் நம்பிக்கை. இந்நூலாசிரியர் கணபதியைக் காப்புக் கடவுளாகக் கொண்டு, கணபதியைப் போற்றி, நூலைத் தொடங்கு கின்றார்.

கர்ம வினை (ம. 9)

முன்பிறவியில் செய்த வினையே கர்ம வினை எனப்படுகின்றது. கர்மவினை புரிந்தவரே வர்ம அடிபட்டு இறப்பர் என முதியோர் கூறுகின்றனர்.

கழஞ்சு (100)

கழஞ்சு என்பது ஓர் அளவு. 40 குன்றிமணி சேர்ந்தது ஒரு கழஞ்சு ஆகும். இக்கால எடையில் சுமார் 5 கிராம் எனக் கணக்கிடு கின்றனர்.

காசம் (98, ம. 6, 9)

காசம் என்பது இன்றைய மருத்துவர்கள் கூறும் டி. பி.

நோயைக் குறிப்பிடுகின்றது. காச நோயினைக் 'காய நோய்' என்றும் சித்த மருத்துவ நூற்கள் கூறுகின்றன. காசநோய்கள் பெரும்பாலும் வர்மக் காயங்களினால் உண்டாவதால் இப்பெயர் பெற்றது எனக் கருதலாம். காசநோயின் தன்மையைக் கீழ்வரும் பாடல் அடியால் காணலாம்.

"கொண்டாடும் கபகோழை நெஞ்சில் கட்டிக்
கூரென்று இளைப்புசுளை சுவாசம் ஏங்கல்
விண்டாகும் நெஞ்சுதன்னில் நோவுமாகி
விலாவெடுத்து சர்சரென்று வாங்கும்
ஒண்டாத ஈரல்முதல் நெஞ்சுக் குள்ளே
உற்றுவரும் விரணத்தால் உறுதி யாமே."

காலமுச்சி (38)

காலம் என்பது வர்மம் ஆகும். வர்மத்தில் அடிபடும்போது மாத்திரை மிஞ்சிப் படுமானால் உயிராபத்து ஏற்படும். இந்த மாத்திரை மிஞ்சிப் படும் வர்ம அடியே காலம் உச்சி எனக் கூறப் படுகின்றது.

கால் முடங்கல் (52)

தொடுவர்மப் பகுதியில் அடிபட்டு சரியான இளக்குமுறை செய்யப்படாமல் இருக்குமானால், கால் விளங்காத படி ஆகிவிடும். இதனையே கால் முடங்கல் என்பர்.

கிரிச்சனம் (55)

மலம் இளகி வெளியேறுவதைக் கிரிச்சனம் என்று கூறுவர்.

கிருதம் (39)

கசாயத்தின் மறு பெயரே கிருதமாகும்.

கிழி (95)

பழந்துணியில், மருந்துகளை எடுத்துப் பொட்டலமாகக் கட்டுவதைக் கிழி என்பர்.

குகை (ம. 12)

சிறிய குழிவான மண்சட்டியைக் குகை என்பர்.

குரு (50)

வர்மக் கலையைப் பயிற்றுவிக்கும் ஆசானைக் 'குரு' என்பர்.

குருமுறை (39)

வர்ம ஆசான்கள், வர்மக் கலையை, கற்பிக்கும் முறை குரு முறை எனப்படும்.

குளிகை (10)

வர்ம சம்பந்தமான மாத்திரை குளிகை எனப்படும்.

குழியம்மி (100)

மருந்துப் பொருட்களை அரைக்கப் பயன்படும் அம்மி குழியம்மி எனப்படும். இந்த அம்மி நடுவில் விரிந்து, முதலிலும், இறுதியிலும் சுருங்கி ஆலிலை வடிவில் காணப்படும். இந்த அம்மியின் ஓரம் சற்று உயர்வாகக் காணப்படும்.

குன்மம் (ம. 9)

வர்மத்தினால் ஏற்படக்கூடிய ஒருவித நோய். இந்த நோயில் எட்டு வகைகள் உள்ளன. 1. சூலை குன்மம் 2. வாத குன்மம் 3. பித்த குன்மம் 4. சிலேத்தும குன்மம் 5. எரி குன்மம் 6. சத்தி குன்மம் 7. வன்னி குன்மம் 8. சலி குன்மம்

குறிகண்டு இளக்குதல் (27)

குறி என்பது அறிகுறியினைக் குறிக்கும். அதாவது வர்மத்தில் அடிபட்ட மனிதன் மயங்கும்போது அவன் உடலில் காணப்படும் அறிகுறியினைக் கண்டு அறிந்தபின்னரே இளக்குதல் வேண்டும். இந்த அறிகுறிகளில் பல வகைகள் உள்ளன. அவற்றைக் காண்போம்.

1. **நாடிக்குறி:** நாடிக்குறி எனப்படுவது நாடித்துடிப்பைக் கொண்டு அறியப்படும் அறிகுறியாகும். கை பெருவிரலின் கீழே ஓர் அங்குலம் விட்டுத் தொட்டுப் பார்த்தால், ஆள்காட்டி விரலின் கீழ் அடிப்பது வாத நாடி, உயரமான நடுவிரலின் கீழ்த் துடிப்பது பித்த நாடி. திருவிரல் என்று சொல்லப்படுகின்ற மோதிர விரலின் கீழ்த் துடிப்பது சிலேத்தும நாடியாகும். முறையாக நாடித்துடிப்பைப் பார்த்து உடல்நிலையை அறிய வேண்டும். இவ்வாறு அறியக்கூடிய நிலையே நாடிக்குறியாகும்.

2. **ஸ்பரிசக் குறி :** ஸ்பரிசம் என்பது தொடு உணர்ச்சியாகும். வர்மத்தில் அடிபட்டதும் வாத உடல் உள்ளவனாக இருந்தால் உடல் உஷ்ணமாகும். பித்த உடல் உள்ளவனாக இருந்தால் உடல் குளிர்ந்து காணப்படும். இதனை அவனது உடலைத் தொட்டுப் பார்த்து அறிந்து கொள்ள வேண்டும்.

3. சொரூபக் குறி: சொரூபம் என்பது உருவம் என்ற பொருள்படும். அடிபட்டவனது உடல் உருவம் அடையும் மாற்றத்தை வைத்து அவன் நிலையைக் கணிப்பது சொரூபக் குறியாகும். அடிபட்டவுடன் வாத உடல் கொண்டவனது உடல் கறுத்தும், பித்த உடல் கொண்டவனது உடல் மஞ்சளாகவும், சிலேத்தும உடல் கொண்டவனது உடல் வெளுத்தும் காணப்படும்.

4. சப்தக் குறி: வர்மத்தில் அடிபட்டவன் பேச்சில் மாறுபாடு அடைவதை அறிகுறியாக அறியும் முறை சப்தக் குறியாகும். வாத உடல் கொண்டவன் குரல் மெதுவாகவும் பித்த உடல் கொண்டவன் குரல் தொனிவுடனும், சிலேத்தும உடல் கொண்டவன் குரல் ஈன சுரமாகவும் காணப்படும். இந்த அறிகுறியை அறிந்து இளக்கு முறை செய்து கொள்ள வேண்டும்.

5. நேத்திரக் குறி: நேத்திரம் என்பது கண்ணைக் குறிக்கும். வர்மப் பகுதியில் அடிபட்டால், கண்களில் ஏற்படும் மாற்றத்தை அறிகுறியாகக் கொள்வது மிக அவசியம். வாத உடல் கொண்டவன் கண்கள் கறுத்தும், பித்த உடல் கொண்டவன் கண்கள் மஞ்சள் அல்லது சிவப்பு நிறமாகவும், சிலேத்தும உடல் கொண்டவன் கண்கள் வெளுத்தும் காணப்படும்.

6. மூத்திரக் குறி: வர்மத்தில் அடிபட்ட பின் அவனது மூத்திரத்தில் ஏற்படும் அறிகுறியினையும் கவனிப்பது நல்லது. வாத உடல் கொண்டவனது மூத்திரம் வெண்மையாகக் காணப்படும். பித்த உடல் கொண்டவன் மூத்திரம் சிவந்து இருக்கும். சிலேத்தும உடல் கொண்டவன் மூத்திரம் நுரைத்துக் காணப்படும்.

7. நாக்குக் குறி: வர்மத்தில் அடிபட்டவனது நாக்கின் அறிகுறியையும் கவனிப்பது நன்று. வாத உடல் கூறுள்ளவன் நாக்கு வெடித்து முள் உண்டாகி மஞ்சள் நிறமாகக் காணப்படும். பித்த உடல் கூறுள்ளவன் நாக்கு கறுத்தோ, சிவந்தோ காணப்படும். சிலேத்தும உடல் கூறுள்ளவன் நாக்கில் தினவு உண்டாகி வெளுத்திருக்கும்.

8. மலக் குறி: வாத உடல் கூறுள்ளவன் மலம் கறுப்பாயும், பித்த உடல் கூறுள்ளவன் மலம் மஞ்சளாயும், சிலேத்தும உடல் கூறுள்ளவன் மலம் நுரை கட்டியும், வர்மத்தில் அடிபட்டதும் காணப்படும். இதனைக் கண்டு இளக்குதல் வேண்டும்.

9. மரணக்குறிகள்: வர்மத்தில் அடிபட்டவன் உடலில் கீழே குறிப்பிடப்படும் குறிகள் தென்பட்டால் இளக்கக்கூடாது.

1. கண்ணும் பல்லும், கறுத்துக் காட்டல் 2. வாயால் மூச்சு விடல் 3. அடிக்கடி எழுந்திருத்தல், படுத்தல் 4. இரண்டு கண்களும் மலர விழித்தல் 5. சேத்துமம் கட்டல் 6. மருந்து, சாதம் விழுங்கக் கூடாமலிருத்தல் 7. முகம் ஊசி போல் நீண்டுக் காணப்படுதல் 8. உடம்பெல்லாம் நரம்புகள் தோன்றல் 9. கண்ணில் இருள் மூடல் 10. நா வரண்டு போதல், பிதற்றுதல் இந்தப் பத்துக் குறிகளும் மரணக் குறிகளாகும்.

கைபாகம் (1, 3, 8, 27, 50)

வர்ம சம்பந்தமான நோய்களைக் கண்டறியும் தன்மை, வர்மத்தை இளக்கும் தன்மை, வர்ம மருந்துகள் தயாரிக்கும் தன்மை ஆகியவை 'கைபாகம்' எனப்படும்.

கோணச் சன்னி (ம. 11)

இது ஒரு வகை சன்னி. இந்தச் சன்னி உண்டானால் முகத்தைக் கோணச் செய்யும்.

சித்தர் (39, 58)

சித்தத்தை (மனதை) ஒருமுகப்படுத்தி அறநெறியில் ஒழுகி, அறத்தைப் பிறருக்குப் போதித்த ஞானிகளே சித்தர்கள் எனப்பட்டனர். இந்தச் சித்தர்களிலும் முற்காலச் சித்தர்கள், பிற்காலச் சித்தர்கள் என இரு வகையர் உள்ளனர். முற்காலச் சித்தர்கள் சித்தாந்தத் தத்துவங்களையே போதித்தனர். பிற்காலச் சித்தர்கள், மருத்துவத்தில் தேர்ந்து மருத்துவ நூற்களை உலகுக்கு அளித்தனர்.

சிவ யோகி (4)

சிவனையே சிந்தையில் நினைத்துத் தீயவற்றை மனதால் கூட எண்ணாது சிந்தையை ஒருமுகப்படுத்துபவர்களே சிவ யோகிகள் ஆவார்கள். இந்தச் சிவயோகிகளுக்கு மட்டுமே, வர்ம நூலை ஈதல் வேண்டும் என்று வர்ம சூத்திரம் கூறுகின்றது.

சீடன் (3)

வர்ம வைத்தியத்தினை நன்கு அறிந்த ஆசானிடம் சீடனாக இருந்து வர்மக் கலைகளைப் பயில்பவனை இந்நூல் சீடன் என்று கூறுகின்றது. ஒரு குருவின் கீழ் 12 ஆண்டுகள் உண்மையான சீடனாக இருந்தால் மட்டுமே அவனுக்கு வர்மக் கலையைக் கற்றுக் கொடுத்தல் வேண்டும் என வர்ம சூத்திரம் கூறுகின்றது.

சீலை வடி (ம. 6)

சீலை என்பது துணியினைக் குறிக்கும். வடி என்பது வடி கட்டுவதைக் குறிக்கும். மருந்தாகக் காய்ச்சப்பட்ட கசாயத்தைச் சட்டியின் மேல் வைக்கப்பட்ட சீலையில் விட்டு வடிகட்டுதலைச் சீலை வடி என்பர். அதோடு மாவாக இடிக்கப்பட்ட மருந்தினை மெல்லிய சீலையில் போட்டு, அரித்து எடுப்பதையும் சீலை வடி என்றே கூறுவர்.

சீளி (71, ம. 5)

சீளி என்றால் சிறிய மூங்கில் துண்டு என்று பொருள். கை, கால்களில் எலும்பு ஒடிவு ஏற்பட்டு விட்டால் நான்கு சீளியினை வைத்துக் கட்டுவார்கள். இவ்வாறு சீளி வைத்துக் கட்டும்போது ஒடிந்த எலும்பு பிறழாமல் காணப்படும்.

சூல் முனை (33)

திரிசூலமே சூல் முனை எனக் கூறப்படுகின்றது. திரிசூலத்தை நாட்டிச் சிவனை வழிபடுவது சைவர்களின் வழக்கம்.

செறுமுடி (ம. 15)

கோழியின் முடியினைப் பின்னிய பிறகும், சிறிய மயிரிழை யினை விடவும் அடர்த்தி குறைந்ததாகக் காணப்படும் முடியே செறுமுடி என அழைக்கப்படுகிறது. கோழியில் இருந்து தைலம் எடுக்கும்போது ஒரு சிறு செறுமுடிகூட இருத்தல் கூடாது.

தடவு வர்மம் (50)

வர்மத்தில் அடிபட்டவனை இளக்கும்போது உடலில் சில பாகங்களைத் தடவிவிட வேண்டும். இவ்வாறு தடவும் முறையறிந்து சீராகத் தடவ வேண்டும். அளவு மீறித் தடவினால் பிற வர்மங்கள் கூட உண்டாகலாம். இவ்வாறு உண்டாகும் வர்மம் தடவு வர்மம் எனப்படுகிறது.

நசியம் (63)

வர்மத்தில் அடிபட்டு விழுந்த மனிதனின் நாசியில் சுக்கெண் ணெய், வேப்பெண்ணெய் கலந்த கலவையில் இரண்டு அல்லது மூன்று சொட்டு மட்டும் விட்டு வாயால் ஊத வேண்டும். இதுவே நசியம் செய்தல் எனப்படும்.

நயனம் (57)

கண் நயனம் எனச் சொல்லப்பட்டுள்ளது.

நவத்துவாரம் (57)

மனித உடலின்கண் காணப்படுகின்ற ஒன்பது துவாரங்களும் நவத்துவாரம் என அழைக்கப்படுகிறது. அவை இரண்டு கண் துவாரங்கள், இரண்டு காதுத் துவாரங்கள், வாய்த் துவாரம் ஒன்று, மூக்குத் துவாரங்கள் இரண்டு, குதத் துவாரம் ஒன்று, சிறுநீர்த் துவாரம் ஒன்று.

நவலோக உறுப்பு (88)

உந்தி முதல், மூலம் வரை காணப்படுகின்ற ஒன்பது வர்மப் பகுதிகளும் நவலோக உறுப்பு எனப்படுகிறது. அவை மூத்திரக் காலம், கல்லெடைக் காலம், வலம்புரி வர்மம், இடம்புரி வர்மம், எல்லுருமி வர்மம், வல்லுருமி வர்மம், நாங்குற்றிக் காலம், ஆணி வர்மம், தொந்தை வர்மம். இந்த வர்மப் பகுதிகளும் அவற்றில் அடிபட்டால் ஏற்படும் விளைவுகளும் ஏட்டு நிலையிலேயே உள்ள 'வர்ம பீரங்கி' நூலில் விளக்கப்பட்டுள்ளது.

நாழிகை (9, 11, 12, 15, 17, 19, 20, 22, 23, 28, 38, 85)

நாழிகை என்பது நேரத்தைக் குறிக்கும். இரண்டரை நாழிகை கொண்டது ஒரு மணி. 60 நாழிகைக் கொண்டது ஒரு நாள். படுவர்மப் பகுதிகளில் அடிபட்டால், குறிப்பிட்ட நாழிகைக்குள் இளக்குமுறை செய்தல் வேண்டும். இல்லையெனில், உயிராபத்து ஏற்படும்.

நீரடைப்பான் (ம. 14)

இது ஒருவகை நோய். இந்நோய் ஏற்பட்டால் நீர் போகாது. வயிறு ஊதும். வர்ம சந்தி மெழுகு என்ற மருந்தைப் பத்தியம் தவறாது உண்டுவர இந்நோய் குணமாகும்.

நெஞ்செரிப்பு (ம. 5)

இது ஒருவகை நோய். உணவு செரிக்காமல் புளிப்பு நெஞ்சுப் பகுதியில் நின்று ஒருவித வேதனையை உண்டு பண்ணும். இந்த நோயினை, வர்மத்திற்குரிய சூரணம் உண்டு வந்தால் குணப் படுத்தலாம்.

நெட்டி வாங்கல் (63, 67)

நெட்டி வாங்கல் என்பது, கைகால் விரல்களை இழுத்துச் சொடுக்கு விடுதல் ஆகும். அதாவது கைகால் பகுதி வர்மத்தில் அடிபட்டுக் கொண்டால் சுளுக்கு ஏற்படும். சுளுக்கு என்பது நரம்பு

தன் இடத்தை விட்டு நகர்வதால் ஏற்படுவது. இந்தச் சுளுக்கினை நீக்க, அப்பகுதி நரம்பினை முறையோடு தடவி விட்டுக் கை, கால் விரல்களை இழுத்து விட வேண்டும். இதுவே நெட்டி வாங்கல் எனப்படும்.

நெல்லிடை (9)

ஒரு நெல் அளவு இடைவெளியே நெல்லிடை எனப்படும்.

பக்கவாதம் (76)

மனிதனின் வலது பக்கப் பாகங்களோ, அல்லது இடதுபக்கப் பாகங்களோ, அசைக்கவோ, தூக்கவோ முடியாத நிலையில் காணப் படும் நோய் பக்கவாதம் எனப்படும். இந்நோயினைத் தீர்க்க வாதக் கோடாலி எண்ணெய் என்ற எண்ணெயினைக் குமரி மாவட்ட குலசேகரம் ஊருக்கருகில் உள்ள பொன்மனை தேரியம் வீட்டில் வாங்கி, பத்தியம் சிறிதுகூடப் பிசகாமல் சாப்பிட்டால் உடனடியாக குணமாகும். இது என் அனுபவ உண்மை.

பின்கலை (9)

பின்கலை என்பது வலது நாசியைக் குறிக்கும். இதுபற்றிச் சரநூல் (சுவாச நூல்) தெளிவாக விளக்குகிறது. மனிதனது சுவாசம் பெரும்பான்மை நேரங்களில் வலது நாசி வழியாகவே நடைபெறுகின்றது. சிறுபான்மையே இடது நாசி வழியே நடை பெறுகின்றது. மேலும் பின்கலை என்ற நாடியானது இடது பெருவிரலில் நின்று கத்தரிக்கோல் அமைப்பில் வலது நாசியைப் பற்றி நிற்கின்றது. எனவே வர்மம் ஏற்பட்ட மனிதனின் வலது நாசியிலேயே (பின்கலை) பெரும்பாலும் சுக்கினைச் சவைத்து ஊதுவர்.

பீனிசம் (60)

பீனிசம் என்பது ஒருவகை நோய். இந்த நோய் கொண்ட வர்க்கு, மூக்கில் இருந்து மஞ்சள் நிறமாக சளி வந்துகொண்டே இருக்கும். இது மண்டை நீரினால் ஏற்படுகின்ற நோய். இந் நோயைக் குணமாக்க இஞ்சி, கொத்தமல்லி இவற்றை அரைத்துத் தலையில் வைக்கவும்.

போகர் (2, 41, 89)

போகர் சித்தர் வரிசையில் சிறப்புடையவர். தமிழில் இவர் பெயரால் வழங்கும் நூற்கள் யாவும் வைத்திய நூற்களே. போகர்

திருமந்திரம், போகர் யோக மார்க்கம், போகர் நிகண்டு, போகர் 700 முதலியன போகர் பெயரால் வழங்கும் வைத்திய நூற்களாகும். இவர் திருமூலரின் மாணவரான காலிங்கரது மாணவர் எனச் சிலர் கூறுகின்றனர். இவர் காலம் பதினாறாம் நூற்றாண்டு எனக் கருதப்படுகிறது. ஏனெனில் பிற்காலப் பாடல்களைச் சேர்த்துக் கொண்ட 'பதினெண்சித்தர் ஞானக்கோவை', போகரைச் சித்தர் வரிசையில் சேர்க்கவில்லை. பதினாறாம் நூற்றாண்டில் வாழ்ந்த தத்துவப் பிரகாசர் இவர் பெயரைத் 'திருப்புகலூர் சுவாமி' என அழைக்கிறார். எனவே இவரது காலம் பதினாறாம் நூற்றாண்டு எனக் கொள்ளலாம். இவர் பழனி மலையில் சமாதி கொண்டார் என்றும், அந்தச் சமாதியின் மீது எழுந்ததே தண்டபாணி சுவாமி கோயில் என்றும் சிலர் கூறுகின்றனர். சிலர் போகர் சீனாவைச் சேர்ந்தவர் என்றும், தமிழகம் வந்து, தமது நாட்டு வைத்தியத்தைத் தமிழகத்தில் பரப்பினார் என்றும் கூறுகின்றனர். போகர் இருபதுக்கும் மேற்பட்ட நூற்களைப் படைத்துள்ளார்.

மண்டலம் (27, 76, ம. 9)

41 நாட்கள் சேர்ந்தது ஒரு மண்டலம் எனப்படும். பெரும்பாலும், சித்த மருந்துகளைத் தொடர்ந்து 41 நாட்கள் அருந்தி வரவேண்டும்.

மூலிகை சாபம் (8)

போகர் என்ற சித்தர், தேரையர் என்ற தனது சீடன் தனக்குக் கீழ்ப்படியாததால், போகர் மூலிகையைச் சாபமிட்டார் என்றும், இதனால் சித்தர்கள் இந்தச் சாபத்தைத் தீர்க்கும் மந்திரத்தைக் கூறிச் சாபம் தீர்க்காது, மூலிகைகளைக் கொண்டு மருந்து தயாரித்தால் பயன் கிடைக்காது என்றும் ஒரு மரபுவழிக் கதை கூறப்படுகின்றது. கதை யாதெனில், கூன்பாண்டியனது கூனை நிமிர்த்தும் பொருட்டு போகர் மருந்து செய்ததாகவும், மருந்து காய்ச்சும்போது ஒரு வளைந்த சிறு கம்பினைத் தனது சீடரான தேரேயரிடம் கொடுத்து இம்மருந்து ஆவிபட்டு, இந்தக் கம்பு எப்போது நேராக நிமிரும் தன்மை அடைகிறதோ அப்போது இந்த மருந்தை இறக்கி வைக்கவேண்டும் என்று கூறிச் செல்ல; தேரேயரும் வளைந்த கம்பு நிமிர்ந்து வரும்போது சிறிது மருந்தை எடுத்து ஒளித்து வைத்துக் கொண்டார். அதன்பின்பு எண்ணெய் மேலும் காய்ந்து முதிர்ந்த பின்பு இறக்கினார். இதனால் போகரின் எண்ணெயால் கூன் நிமிரவில்லை, தேரேயர் எடுத்து வைத்திருந்த எண்ணெய் போட்டதும் கூன் நிமிர்ந்தது. சீடனின் சதியைக் கண்ட போகர் மூலிகையைச் சாபமிட்டதாகக் கதை கூறுகின்றது. 'ஓம் நமசிவாய' என்ற ஐந்தெழுத்தினைத் தியானம் செய்வதோடு

அனுமார் பூசையும் செய்தால் மூலிகை சாபம் தீர்ந்து விடும் என இந்நூலாசிரியர் கூறுகின்றார்.

மூளை ரோகம் (60)

மூளை சம்பந்தமான நோய்கள் மூளைரோகம் எனப்படும்,

மெழுகி வரல் (ம. 11)

வர்ம எண்ணெய், வர்மத் தைலம், வர்ம சந்திமெழுகு இவற்றை வர்மம் பட்ட இடங்களில் பூசிவருவதை மெழுகி வரல் என்று கூறுகின்றனர்.

மெழுகு பருவம் (ம. 10, 15)

மெழுகு உருகினால் எப்படிக் காணப்படுகிறதோ, அதே பருவத்தில் வர்ம சந்தி மெழுகினை இறக்கி விடவேண்டும். இந்தப் பருவமே மெழுகு பருவம் எனப்படும்.

வறட்சை ரோகம் (60)

இது ஒருவகை நோய். இந்த நோய் எற்பட்டால் வாயானது எப்போதும் வறண்டு காணப்படும்.

வாதம் (ம. 9, 15)

மனிதனின், கால், கை போன்ற உறுப்புக்களைச் செயலிழக்க வைக்கும் ஒருவித நோய். இந்த வாத நோய் 64 வகைகளில் உள்ளன எனச் சித்த வைத்தியம் கூறுகின்றது. சில வாதங்களினால் முகம் கோணும்.

வாய்பதை (12)

வாயில் இருந்து வெளிவரும் நுரையினை வாய்பதை என்கிறோம்.

விரணம் (41, 68, 79)

உடலில் உண்டாகும் காயங்கள் விரணம் என்று கூறப்படுகின்றது.

விராகன் எடை (ம. 9)

32 குன்றிமணி அளவுள்ள எடை விராகன் எனப்படும்.

வெற்றி நூல் (87)

இந்நூல் பற்றி வர்ம சூத்திர நூலின்கண் கூறப்பட்டுள்ளது. இந்நூலாசிரியர் அகத்தியர் என்ற குறிப்பும் உள்ளது.

மருந்துகள் பற்றிய விளக்க உரை

அக்குரா (ம. 1, 3, 4, 5, 6, 14)

இது ஒருவகை கடைமருந்து. இதனை அக்கிராகாரம் என்றும், அக்கரகாரம் என்றும் அழைப்பர். இம்மருந்தானது வாயு குற்றம், நீர்வேட்கைக் காய்ச்சல், ஆகியவற்றை நீக்கும். இதனை வாயில் அடக்கிக் கொண்டால் எச்சில் (வாய்நீர்) ஊறும்.

அச்சுவாரித் தைலம் (53)

வில்லை வேர் தைலமே அச்சுவாரித் தைலம் எனப்படுகின்றது. இந்த எண்ணெய் பற்றிய செய்தி, வர்ம மருந்துப் பகுதியில் விளக்கப்பட்டுள்ளது. இந்தத் தைலத்தை வர்ம அடிகள் பட்ட இடங்களில் தேய்த்து வந்தால் வர்மம் குணமாகும். இந்தத் தைலத்தை உள்ளுக்குக் குடிக்கலாம். உள்ளுக்குக் குடித்தால் பத்தியம் தவறக் கூடாது.

அதிமதுரம் (97, 99, ம. 10)

குன்றிமணி வேரே அதிமதுரம் எனப்படுகிறது. இது மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும். இம்மருந்தினால் வெட்டுக்காயங்கள், வாத பித்தங்களால் வரும் புண்கள், நீர்விடாய், கண் நோய், பைத்தியம், விக்கல் வலிகள், வெண்குட்டம், எலும்புருக்கி, நீர்ச் சுருக்கு, வெறி, மூச்சை, விந்து கழிவு, புகை இருமல், காய்ச்சல், சோணிதவாதம், காமாலை, நஞ்சு விழைவுநோய், தலைநோய், குய்ய நோய் ஆகியவை நீங்கும்.

அதிரம் (ம. 2)

'அதிமதுரம்' என்ற மருந்தே அதிரம் எனக் குமரி மாவட்டத்தில் வழங்கப்படுகிறது.

அபினி (ம. 11)

கசகசா செடியின் முதிர்ந்த காயிலுள்ள பாலே அபினி எனப் படுகிறது. இதை அளவுக்கு அதிகமாக உபயோகித்தால் போதை உண்டாகும். இதை அளவோடு உபயோகித்தால், கக்கல் இருமல், கண்வலி, பல்வலி, காதுவலி, வீக்கம், வாதம் இவை குணமாகும் என்று ஆங்கில மருத்துவம் கூறுகின்றது. (ஆதாரம் — வைத்திய மூலிகை அகராதி) இதனை அபின் என்று அழைப்பர்.

அமுக்கரா (ம. 1, 3, 6, 10)

அமுக்கரா செடியின் கிழங்கு மருந்துக்குப் பயன்படுகின்றது. இந்த மருந்தால், ஈளை, வாதசூலை, வாதக் கரம்பான், பாண்டு, காய்ச்சல், வீக்கம், நீரேற்றம் ஆகிய நோய்கள் நீங்கும். பசி உண்டாக்கும்.

அரத்தை (ம. 2, 5, 14)

இது ஒருவகை கடைமருந்து. இதில், சிற்றரத்தை, பேரரத்தை என்று இருவகைகள் உள்ளன. சிற்றரத்தையானது, பித்தம், கரப்பான், வாயு, தலைநோய், கபம், முக்குற்றம் (காமம், வெகுளி, மயக்கம்), இரைப்பு, இருமல் இவற்றைப் போக்கும்.

பேரரத்தையானது வாதம், இசிவு, வலி, சன்னி, பித்த சீதம், குளிர் காய்ச்சல், கிளைக்கும் புண், நீரேற்றம், பலவகை நஞ்சுகள் இவற்றைப் போக்கும்.

அரிசி (13, 27)

சம்பா நெல் அரிசி, வெள்ளை நெல் அரிசி, சாமை அரிசி ஆகிய அரிசிக் கஞ்சிகளை வர்மத்தில் அடிபட்ட ஆட்களுக்குக் கொடுத்து வருதல் நன்று.

அருகன் வேர் (97, ம. 13)

அருகன் புல்லின் வேர். இதுவும் மருந்துக்குப் பயன்படும். இது தணியா வெப்பத்தைத் தணிக்கும். முக்குற்ற (காமம், வெகுளி, மயக்கம்) நோய்களைத் தீர்த்து மேனியழகைக் கொடுக்கும். கோழை, கண் நோய், தலை நோய், கண் புகைச்சல், செந்நீர் பித்தம், சூடு இவற்றைப் போக்கி அறிவைத் தரும்.

அறுவகை அரிசி (ம. 15)

1. வெப்பாலை அரிசி

இது பித்தம், கடுவன், குடல் வளர்ச்சி, வயிறு உப்புதல் இவற்றைப் போக்கும்.

2. விழலரிசி

இது பித்தம், காய்ச்சல், குடல் வாதம், முக்குற்றம், சீன்மேகம் இவற்றைப் போக்கும்.

3. **கார்போக அரிசி**

இவ்வரிசி கரப்பான், புண், பல நஞ்சு, ஐவாதம், தினவு, யானைச் சொறி, சிரங்கு இவற்றை நீக்கும்.

4. **வாலுழுவை அரிசி**

இவ்வரிசி வயிற்றுப் பிடுங்கல், கழிச்சல், கடுப்பு, பித்தம், இருமல், சக்கைக் கட்டு, தீட்டு நோய் இவற்றைப் போக்கும்.

5. **வெந்தய அரிசி**

இவ்வரிசி கணமாந்தம், என்புக் காய்ச்சல் ஆகியவற்றைப் போக்கும்.

6. **பூண்டரிசி** (வெள்ளைப் பூண்டு)

இது சன்னி, வாதநோய், தலைநோய், நீரேற்றம், சீதபேதி, மூல உளைச்சல் ஆகியவற்றைப் போக்கும்.

அனுபானம் (ம. 12)

அனுபவ பானமே அனுபானம் எனப்படும். அதாவது வைத்தியர்கள் நோய் தீர்க்கும் மாத்திரைகளை அனுபவத்தில் கண்டறிந்த சில மருந்துப் பொருட்களுடன் கலந்து கொடுக்கக் கூறுவர். மாத்திரை ஒரே வகையானதாக இருந்தாலும் அந்த மாத்திரையோடு கலந்து கொடுக்கப்படும் மருந்துக்குத் தக்க வெவ் வேறு நோய்கள் குணமாகும். இவ்வாறு கலந்து கொடுக்கப் பயன் படும் மருந்தே அனுபானம் எனப்படுகிறது. சான்றாக, பால குருசாமி அவர்கள் தனது நூலில் (அணு சக்தி மருந்துகள்) வைரக்கோடா சுழிக் குளிகை என்றதொரு மாத்திரையைத் தயாரிக்கும் முறையைக் கூறி, அந்த மாத்திரையோடு கலந்து கொடுக்க வேண்டிய சில அனுபானங்களையும் கூறுகிறார். அவற்றைக் கீழே காண்போம்.

1. **கண்ணோய்க்கு அனுபானம்:** வைரக்கோடா சுழிக் குளிகையினைத் தாய்ப் பாலில் உரசிக் கொடுத்தால் கண்ணில் உண்டாகும் நோய்கள் குணமாகும். இங்குத் தாய்ப்பால் அனுபான மாகக் கூறப்படுகிறது.

2. **குளிருக்கு அனுபானம்:** மேற்கூறப்பட்ட மாத்திரை இரண்டினை நல்ல மிளகுத் தூளில் கலந்து கொடுத்த உடன் விடாத குளிர் நடுக்கம் தீரும். இங்கு நல்ல மிளகுத் தூள் அனுபான மாகக் கூறப்படுகிறது.

3. **பித்தத்திற்கு அனுபானம்:** மேற்கூறிய மாத்திரையை இரண்டு எடுத்துச் சர்க்கரையில் கலந்து கொடுக்க, பித்த சுரம்

ஆகியவை நீங்கும். இங்குச் சர்க்கரை அனுபானமாகக் கூறப் பட்டுள்ளது.

4. **சூலைக்கு அனுபானம்:** மேற்கூறப்பட்ட மாத்திரை யில் ஒன்றினை எடுத்துப் பசு நெய்யில் கலந்து கொடுக்க சூலை, வாய்வு ஆகிய நோய்கள் மாறும். இதில் கூறப்பட்ட பசு நெய், அனுபானமாகும்.

5. **சன்னிக்கு அனுபானம்:** மேற்கூறப்பட்ட மாத்திரை யில் ஒன்றினை எடுத்துத் தூரா இலைச் சாற்றில் கொடுத்தால் சன்னி, தலைபாரம் ஆகியவை நீங்கும். இங்குத் தூரா இலைச் சாறு அனுபானமாகக் கூறப்பட்டுள்ளது.

6. **காய்ச்சலுக்கு அனுபானம்:** மேற்கூறப்பட்ட மாத்திரையை நெல்லிப் பருப்புத் தூளில் கலந்து கொடுக்கக் காய்ச்சல் தீரும். இதனை இஞ்சிச் சாற்றிலும் கலந்து கொண்டு கொடுக்கலாம். இங்கு நெல்லிப் பருப்புத் தூள், இஞ்சிச் சாறு ஆகியவை அனுபானமாகக் கூறப்பட்டுள்ளன.

7. **கிராணிக்கு அனுபானம்:** மேற்கூறப்பட்ட மாத்திரை ஒன்றினை எடுத்துப் பாகை இலைச் சாற்றில் கொடுக்க ஜலக்கிராணி முதலான நோய்கள் தீரும். இங்கு, பாகை இலைச் சாறு அனுபான மாகக் கூறப்பட்டுள்ளது.

மேற்கூறப்பட்ட சான்றுகளில் இருந்து மாத்திரை ஒரே வகை யினைச் சார்ந்தது என்பது தெரிகிறது. ஆனால் கலந்து கொடுக்கப் படும் அனுபானம் பல என்று தெரிகிறது. அம்மாத்திரையில் கலந்து கொடுக்கப்படும் அனுபானத்திற்குத் தக்க பல நோய்கள் குணமாகின்றன. கண் நோய்க்குக் கலந்து கொடுக்கப்படும் அனுபானத்தைக் கிராணி நோய்க்குக் கலந்து கொடுத்தால் சுகம் கிடைக்காது. எனவே நோய்களுக்குத் தக்கதான அனுபானமே கொடுக்கப்படவேண்டும். அனுபானமும் மாத்திரையும் கலந்து கொடுக்கப்படும். விகிதாச்சாரத்திலும் மருத்துவர் கூறும் அளவினையே பயன்படுத்த வேண்டும்.

அன்னப்பால் (10, 13, 15, 18, 19, 22, 24, 29)

சோறு வடித்த கஞ்சித் தண்ணீரை அன்னப்பால் என்று தமிழர் கள் அழைக்கின்றனர். இந்தக் கஞ்சித் தண்ணீரில் பாலுக்கு நிகரான சத்து காணப்படுவதால் இதனைஅன்னப்பால் என்று அழைக்கின்றனர். வர்மத்தில் அடிபட்டு விழுந்த ஆளை இளக் கியதும் அன்னப்பாலினைக்கொடுப்பர். சாமை அரிசிப்பாலும் வர்மப் பிணியாளர்க்கு உகந்தது.

ஆடாதோடை (ம. 6, 10)

இது ஒரு மருந்துச் செடி. இது நரம்புத்தடிப்பு, கரசரண வாதம், கொண்டல் வாதம், ஈளை, காசம், மந்தார காசம் போன்ற நோய்களுக்கு மருந்தாகப் பயன்படுகிறது. இந்த மருந்துச் செடியைப் பிடுங்கிச் சாறு எடுத்துக் கசாயமாகவோ, லேகியமாகவோ பிற மருந்துகளுடன் சேர்த்து மருந்தாகப் பயன்படுத்துவர்.

ஆடுதீண்டாப்பாளை (ம. 12)

இதுவும் ஒரு மருந்துச்செடி. இதனை ஆடு தின்னாப் பாளை எனவும் கூறுவர். இதன் உலர்ந்த இலையின் குடிநீர், வயிற்றில் உள்ள பூச்சிகள் விழக் கொடுக்கப்படுகிறது. இதன் பச்சை இலையை அரைத்து ஆமணக்கு எண்ணெயில் கலந்து பூசினால் கரப்பான் புண்கள் ஆறிவிடும்.

ஆமணக்கு (ம. 15)

இது ஒருவகைச் செடி. இதில் செவ்வாமணக்கு, சூரியகாந்த ஆமணக்கு, மலை ஆமணக்கு, கடல் ஆமணக்கு, காட்டாமணக்கு, எலிஆமணக்கு, புல்ஆமணக்கு, பரங்கி ஆமணக்கு, மணி ஆமணக்கு, பேராமணக்கு, படுக்கை ஆமணக்கு, சிற்றாமணக்கு எனப் பல வகைகள் உள்ளன. சிற்றாமணக்கு எண்ணெய் ஒரு சிறந்த பேதி மருந்து ஆகும். சிற்றாமணக்குச் செடியின் வேர் பட்டையானது, நீர்க்கட்டு, மலக்கட்டு ஆகிய நோய்களைப் போக்கப் பயன்படுத்தப் படுகிறது.

ஆல் (98)

ஆலமரமே ஆல் எனப்படுகிறது. இம் மரத்தின் பால் வெண்ணிறமாகக் காணப்படும். இது வெள்ளை நோயை நீக்கும். ஆடும் பற்களை உறுதிப்படுத்தும். குளிர்ச்சி உண்டுபண்ணும். உடலைத் திடப்படுத்தும்.

ஆவரை (ஆவிரை) (ம. 10)

ஆவரைச் செடியின் வேர், பட்டை, இலை, பூ, காய் ஆகிய அனைத்துப் பகுதிகளும் மருந்தாகப் பயன்படுகின்றன. இந்த ஆவரைச் செடியில் ஐந்து வகைகள் உள்ளன. அவை நிலாவிரை (நிலவாகை) பேயாவிரை, பொன்னாவிரை, வெள்ளைப் பொன் னாவிரை,கோழியாவிரை ஆகும். பேயாவிரையைச் சுடலையாவிரை என்றும் கூறுவர். சூரத்தாவரை என்னும் மற்றொருவகை இதில் உள்ளது என்று சில வைத்திய நூல்கள் கூறுகின்றன. கோழி

யாவிரை என்ற மருந்துச் செடியின் சாற்றினை உட்கொண்டால் வயிற்றுக் கட்டி, வயிற்று நோய், குடல்வாதம் இவை மாறும். நிலாவிரை என்ற செடியினை நெல்லை, குமரி மாவட்டங்களில் நிலவாகை எனக் கூறுகின்றனர். இந்த மருந்துச் செடியினை நன்கு உலர்த்தி, நன்கு இடித்து மாவாக்கி மாலையில் சிறிதளவு அருந்தி வந்தால், பேதிச்சிக்கல் குணப்படும். அதோடு வயிற்றுப் பூச்சியை அகற்றும், மூல வாயுவைக் குணப்படுத்தும். நிலாவிரை விதையானது குளிர்ச்சி, சீதளம், வெம்மையாற்றும் குணம் உடையது. இந்த விதையை நன்கு பொடிசெய்து கண்ணோவுக்குக் கண்ணில் ஊதினால் கண்ணோய் குணமாகும். கொடியாவரை என்ற, கொடி வகையைச் சார்ந்த ஆவரை இலையானது தலை நோய், கழிச்சல், வாந்திபேதி, சிரங்கு, பசி ஆகியவற்றை உண்டு பண்ணும். எனவே இதைப் பயன்படுத்தக்கூடாது. இதுபோன்று பேயாவிரையையும் பயன்படுத்தக்கூடாது. ஏனைய ஆவரைச் செடிகள் மேகச் சிறுநீர், வெள்ளை, உட்சூடு, புண், கழிச்சல், என்புருக்கிநோய், நாவறட்சி இவற்றைப் போக்கும்.

ஆவின்பால் (ம. 9, 12)

பசுவின் பால் உடல் நலத்திற்கு நல்லது. முதியோர்களுக்கும், இளையோர்களுக்கும், பழஞ்சுரம், (சுரத்தில் இருந்து சுகம் பெற்ற பின் தேக ஊட்டத்திற்குப் பாலைக் கொடுத்தல் வேண்டும்) புண், சூலை, வெள்ளை, வலுவின்மை, மெலிவு ஆகியவை உடையவர் களுக்கும் பாலைக் கொடுப்பது நல்லது. பசுவில் பல வகைகள் உள்ளன. அந்தந்த வகைகளுக்குத் தக்க பிணிகள் நீங்கும்.

1. **கபிலைப் பசுப்பால்:** கபிலை வகைப் பசுவின் பாலை அருந்தினால் முக்குற்றம் நீங்கும்.

2. **கரும் பசுப்பால்:** இந்த வகைப் பசும்பால் சளி நோயை நீக்கும்.

3. **காராம் பசுப்பால் :** இவ்வகைப் பசும்பால் விழிப்பிணி, ஈளை, செந்நீர்ப் பித்த நோய் இவற்றையும் ஏனைய பசும்பால் போக்கும் பிணிகளையும் போக்க வல்லது. மருந்துக்கு இந்த வகைப் பசும்பாலையே பயன்படுத்த வேண்டும்.

4. **கொம்பசையும் பசுப்பால் :** இவ்வகைப் பசுவின் பால் பித்தநோய் நீக்கும். இசிவு நோய்கள், சளி நோய் இவற்றை உண்டாக்கும். விந்தினை அதிகப்படுத்தும்.

5. **செம்மை நிறப் பசுப்பால் :** இவ்வகைப் பசுப்பால் முக்குற்றம் நீக்கும்.

6. **நாரைப் பசுப்பால் :** இவ்வகைப் பசுப்பால் முயல்வலி நீக்கும்.

7. **மான் பசுப்பால் :** இவ்வகைப் பசுப்பால் முக்குற்றம் நீக்கும்.

8. **வெண் பசுப்பால் :** மிகு பித்தத்தினைப் போக்கும். இந்த வகைப் பசுவின் இரண்டாம் ஈற்றுப் பசுவின் பால் உடல் சூட்டைப் போக்கும்.

9. **இராப் பசுப்பால் :** இது கண்ணோயினைப் போக்கும். பத்தியப் பொருளாகவும் இதனைப் பயன்படுத்தலாம். அழல், ஈளை, கபம், கண் பிணிகள், பித்தவேகம் நீக்கும். விரகதாபம் உண்டாக்கும்.

10. **பகற் பசுப்பால் :** அழலை, ஈளை, பித்தம் இவற்றைப் போக்கும். தொடர்ந்து அருந்தினால் மேனியொளி குறையும்.

11. **ஆகாப் பசுப்பால் :** அரணை நோய், தாராநோய், வெண் புள்ளி நோயுள்ள பசுவினது பாலை குடிக்கக்கூடாது. இது போன்றே சக்கை (மலம்) தின்னும் பசுவின் பாலையும், எலும்பு உண்ணும் பசுவின் பாலையும் குடிக்கக்கூடாது. குடித்தால், முக்குற்றம், ஈளை, ஆயுள் குறைவு இவை உண்டாகும். நல்ல பசுவின் பாலையும், கறந்த மூனே முக்கால் அல்லது 5 நாழிகைக்குள் அருந்த வேண்டும். இல்லையெனில் அதுவும் நஞ்சாகும்.

ஆவின் நெய் (ம. 9)

காராம் பசுவின் நெய்யினையே மருந்தாக உபயோகிப்பது மிகவும் நன்று. ஆவின் நெய் நாவறட்சி, கண்நோய், வாந்தி, பித்தநோய், நச்சுவாதம், புண்வெள்ளை, வயிற்றெறிவு, பித்த விக்கல், இருமல், வயிற்றுவலி, சினைப்பு, குடல்நெளிவு, என்புருக்கல், மூலநோய் ஆகியவற்றை நீக்கும்.

ஆழியா (ம. 3, 14)

இது ஒருவகை விதை. இதனை அளசி விதை என்றும் கூறுவர். இது கடையில் கிடைக்கும் மருந்து. இந்த விதை சிறியதாகக் காணப்படும். சீன நாட்டில் அதிகமாக உள்ளது. இதன்

சிவப்பு. இந்த விதை உடலில் காணப்படும் இரத்தச் சுரப்பு, எரிபந்தம், கண்டமாலை ஆகிய நோய்களைக் குறைக்கும் மருந்தாகப் பயன்படுகிறது. இதுமட்டுமல்லாமல், ஈளை, மந்தாரகாசம் ஆகிய நோய்களுக்கும் கொடுக்கப்படுகின்றது. மேலும் அருசி, அழலை, ஒக்காளம், நரம்பின் குத்துவலி, வாந்தி, வாயு, வீக்கம், விரைவாதம் இவற்றையும் போக்கும். அதோடு சோகை, உடல்கடுப்பு, நரம்புச் சூலை, எலும்பு சூடு, சுவையின்மை, செரியாமை, வயிற்றுப் பொருமல், சீதபேதி, செரியாபேதி, ஈரல்வீக்கம், விக்கல், தோல்நோய், சளிநோய், குசுமநோய், மூலம் இவற்றை நீக்கும். பால் சுரக்க, கருவினைக் கரைக்க, நீர் வெளிப்பட, விந்துவைப் பெருக்க, சக்கை தள்ள, உட்சூடு தணிய இது பயன்படுகிறது.

இசங்கு

இது ஒருவகைச் செடி. இதனைச் சங்கஞ்செடி என்றும் அழைப்பர். இசங்கு இலைச் சாறு கசப்பாக இருக்கும். இதனைக் கண்டமாலை, மேக வியாதி நோய்களுக்கு, தனிச் சாறாகவோ, ஆமணக்கு எண்ணெயோடு சேர்த்தோ கொடுக்கலாம். மேலும் இது சேட்மத்தைப் போக்கும்.

இச்சா பத்தியம் (ம. 14)

இல்லற உறவே இச்சை எனப்படும். இந்த இச்சைக்கும் விலக்கு அளிக்கப்படுவதே இச்சா பத்தியமாகும். அதாவது வர்மத்தினால் ஏற்படுகின்ற நோய்களுக்கு மருந்து குடித்து வரும்போது 41 நாட்கள் கண்டிப்பாக இல்லற உறவு கொள்ளக்கூடாது. அவ்வாறு கொண்டால், மருந்தினால் பயனில்லை. நோய் அதிகரிக்கும்.

இஞ்சி (22, ம. 5)

மருந்துக்குப் பயன்படும் இஞ்சி ஒருவகை. காட்டிஞ்சி என்பது மற்றொரு வகை. காட்டிஞ்சியைப் பயன்படுத்தக்கூடாது. இது கிழங்கு வகையைச் சார்ந்தது. இது சீரணக் குறைவை அகற்றும். உடம்பில் சூடு உண்டுபண்ணும். குளிர்சுரத்தை மாற்றும். திமிர் வாதம், சந்துவாதம் ஆகியவற்றிற்கு இதைச் சாராயம் விட்டு அரைத்துப் பூசுகின்றார்கள். மேலும் இது காசர வாதத்தினைக் குறைக்கும். வயிற்றுப் பொருமல், வயிற்றுவலி, மெலிவு, தளர்ச்சி, பேதி, திமிர், விறைப்பு இவற்றை நீக்குகிறது. மித நாடியை சுறுசுறுப்புண்டாக்குகிறது. இருமல், சன்னிசுரம், நீர்க்கடுப்பு, மேகம் இவற்றிற்கும் கொடுக்கலாம். சயரோக நோயினையும், தொடக்க நிலையில் கொடுத்துக் குணப்படுத்தலாம். ஈளை, சளி இவற்றை

யும் போக்கி, பசி உண்டாக்கும். வெள்ளோக்காளத்தினையும் போக்கும்.

இம்பூரல் (ம. 9)

இது ஒருவகைச் செடி. இந்தச் செடியின் வேர் சாயவேர் என்றழைக்கப்படுகிறது. இந்த வேருடன் கடுக்காய், படிகாரம் இவற்றைச் சேர்த்து, சிவப்புச் சாயம், கிச்சிலிப் பழச்சாயம், ஊதா சாயம் போன்ற சாயத்தைத் தயாரிக்கலாம். இந்தச் செடி இராமேஸ்வரத்தில் அதிகமாகக் காணப்படுகின்றது. இலையானது கசப்போடு கூடி ருசியற்றுக் காணப்படும்.

இந்த இலையினை உலர்த்தி, இடித்து, சூரணமாக்கி அரிசி மாவோடு சேர்த்து அடையாகச் சுட்டுச் சயரோக நோயாளிக்குக் கொடுத்தால் சயரோகம் குணமாகும். இந்த இலைச்சாறு பேதி மருந்தாகவும் பயன்படுகின்றது.

இளநீர் (ம. 4)

முற்றாத தென்னங்காயே இளநீர் எனப்படுகின்றது. இந்த இளநீரைச் சிற்றாமணக்கு எண்ணெயினைச் சுத்தப்படுத்தப் பயன்படுத்துவர். அதோடு இது நல்லதொரு மருந்தாகவும் பயன்படுகிறது. இளநீரிலும் பலவகை உள்ளது; அவற்றின் பயனைத் தனித்தனியே காண்போம்.

1. **அடுக்கிளநீர் :** தூங்கப்போகும் முன் இவ்விளநீரை உண்டால் மிகுஈளைநோய் மறையும். மலப்புழுவைப் போக்கும். உடல்நலத்தைப் பெருக்கும்.

2. **கருவிளநீர் :** இந்த இளநீர் புழுப்புண், கரப்பான் இவற்றை நீக்கும். ஒளியும் களிப்பும் உண்டாக்கும்.

3. **கேளிஇளநீர் :** செந்நீர் மேகம், மலப்பூச்சி, மிக நாவறட்சி, பசியின்மை கரப்பான், மிகு காய்ச்சல் இவற்றை நீக்கும்.

4. **செவ்விளநீர் :** மிகுபித்தம், நாவறட்சி, வழிநடைகளைப்பு, அயர்வு, ஈளை இவற்றை நீக்கும். இதுவே வர்ம அடிகளுக்கான மருந்துக்குப் பயன்படுத்தப்படுகிறது.

5. **சோரிஇளநீர் :** இந்த இளநீரின் நிறம் சிவப்பாக இருக்கும். இந்த இளநீரினால் வீக்கம், நீர்ப்பாம்பு விசகடி, சிறுபூச்சி இவை நீங்கும்.

6. **பச்சை இளநீர் :** சீழ்வெள்ளை, பழைய காய்ச்சல், சளி, எரிபூச்சி, யானைச்சொறி, கண்ணோய் போன்ற நோய்களை நீக்கும்.

7. **பழைய இளநீர் :** நீரேற்றம் முதலான பல நோய்களை உண்டாக்கும்.

8. **புதிய இளநீர் :** இது மிகுபித்தம், வீக்கம், பழைய காய்ச்சல் போன்ற நோய்களை நீக்கும்.

9. **மஞ்சள் கச்சி இளநீர் :** இது மிகுபித்தத்தைப் போக்கும்.

10. **உண்பின் இளநீர் :** (சோறு உண்டபின் இளநீர் அருந்துதல்) இது வாதப்பித்தம், தனிப்பித்தம் இவற்றைப் போக்கும். மேலும் மலம் இளக்கும்; பசி உண்டாக்கும்; உடலுக்கு ஒளி தரும்; நோய்களை அணுகவொட்டாது.

11. **உண்முன் இளநீர் :** (சோறு உண்ணுமுன் இளநீர் அருந்துதல்) சோறு உண்ணுமுன் இளநீர் அருந்தினால் பசி நீங்கும், மஞ்சள் காமாலை, எரிபூச்சி போன்ற நோய்கள் நீங்கும். குன்மம் உண்டாகும்.

12. **காய்ச்சி ஆறிய இளநீர் :** இது இருமல், வறட்சை, காய்ச்சல் ஆகிய நோய்களைப் போக்கும்.

இளநீர்க் கசாயம் (74)

மருந்துப் பகுதி விளக்கத்தில், செந்தெங்குக் கசாயம் என்றதொரு கசாயவகை கூறப்பட்டுள்ளது. அதில் இதுபற்றிய விவரத்தை படித்து அறிந்து கொள்க.

உப்பு (98)

உப்பும் ஒரு மருந்துப்பொருளே. உப்பில் நான்கு வகைகள் உள்ளன. அவை உடல்நலத்திற்குப் பயன்படும் விதத்தைக் காண்போம்.

1. **இந்துப்பு :** இது குன்மம், மந்தம், பெண்செந்நீர் நோய், பித்தம், சளி, நரம்புப்புண், முக்குற்றம், சக்கைக்கட்டு, விந்துக்கேடு, இலிங்கப்புற்று ஆகிய நோய்களையும்; விழி, தலை, நா, பல், காது, கழுத்து, கண்டம், யோனி ஆகிய இடங்களில் ஏற்படும் நோய்களை

யும்; நா வறட்சி, பெருமூச்சு, செந்நீர்மூலம், ஆகிய நோய்களையும்; சிலந்தி, தேள், எலி இவற்றின் நஞ்சுகளால் ஏற்படும் நோய்களை யும்; வாதக்கடுப்பு, குத்துமைச்சல் போன்ற நோய்களையும் போக்கப் பயன்படுகின்றது.

2. **கல்லுப்பு :** இந்த உப்பானது சளி, குத்துமைச்சல், சுவையின்மை, பைத்தியம், வாந்தி, வெப்பவாயு, எட்டுக்குன்மம், வாதநோய், நா வறட்சி, சக்கை, மந்தம் ஆகிய நோய்களைப் போக்கப் பயன்படுத்தப்படுகின்றது.

3. **கறியுப்பு :** இந்த உப்பானது, செரியாமை, வயிற்றுப் பொருமல், வாதநோய், வாத சளி, நீரடைப்பு போன்ற நோய்களைப் போக்கப் பயன்படுகிறது. இதுமட்டுமன்றி இவ்வுப்பு பசியை ஏற்படுத்தும்.

4. **வளையலுப்பு :** இவ்வுப்பானது குடல்வாதம், வாத பித்தம், இரைப்பு, வயிற்றுநோய், கீல்பிடிப்பு, காய்ச்சல், பீலிகம் ஆகிய நோய்களை நீக்கப் பயன்படுகிறது.

உரி (ம. 15)

இது ஓர் அளவுப் பெயராகும். முகத்தலளவையைக் குறிக்கும். உரி என்பது இரு ஆழாக்கு சேர்ந்ததாகும். இதனை உழக்கு என்றும் கூறுவர்.

உழிஞை (96, 97; ம. 4, 6)

இது செடிவகையினைச் சார்ந்ததாகும். இதனைச் சிறுபீளை என்றும் அழைப்பர். இதை இரத்த கணம், கல்லடைப்பு, குடல் சூலை, திரிதோசம், நீரடைப்பு, பாண்டு, பெரும்பாடு, மூத்திர கிருச்சாரம் முதலான நோய்களைப் போக்க மருத்துவர்கள் பயன் படுத்துகின்றனர்.

எண்ணெய் (39, 42, 44)

மருந்துக்குப் பயன்படுகின்ற பலவகை எண்ணெய்கள் உள்ளன. அவை விளக்கெண்ணெய், நல்லெண்ணெய், இலுப்பை எண்ணெய், கடுகெண்ணெய் தேங்காய் எண்ணெய், வேப்பெண்ணெய், வெள்ளரி விதை எண்ணெய், வாதுமை எண்ணெய், சிற்றாமணக்கு எண்ணெய், கிராம்பெண்ணெய், பேய்க்கொம்மட்டி விதை எண்ணெய், மீன் எண்ணெய், குறுக்கெத்தி விதை எண்ணெய், கயாபுதி எண்ணெய், சிறுகணல் எண்ணெய், சாதிபத்திரி எண்ணெய், சாதிக்காய்

எண்ணெய், புன்னையெண்ணெய், புன்கெண்ணெய்; நேர்வாள எண்ணெய், சிலா எண்ணெய், குசும்பாபூ எண்ணெய், மா எண்ணெய், மண்ணெண்ணெய், பிரம்மதண்டுவிதை எண்ணெய், காட்டுக்குருந்தெண்ணெய், கற்பூரத்தைலம், செந்துருக்கம் விதை எண்ணெய் போன்ற பல எண்ணெய் வகைகள் உள்ளன. இவை ஒவ்வொன்றும் தனித்தனி இயல்புடையனவாய்ப் பல நோய்களைக் குணமாக்கப் பயன்படுகிறது.

எலுமிச்சை (ம. 11)

எலுமிச்சை என்பது மரவகையைச் சார்ந்தது. கொடிவகை எலுமிச்சையும் காணப்படுகின்றது. எலுமிச்சையில் பல வகைகள் உள்ளன. அவை கஸ்தூரி எலுமிச்சை, காட்டெலுமிச்சை, கொடி எலுமிச்சை, ஆனஎலுமிச்சை போன்றவைகளாகும். எலுமிச்சையின் பழமானது மிகவும் சிறப்பு வாய்ந்தது. இது பித்தத்தினால் உண்டாகும் வாந்தியை நிறுத்தும். பைத்தியம் பிடித்தவர்களுக்கு இதனைத் (எலுமிச்சை சாற்றினை) தலையில் தேய்த்து நன்றாக நீராட்டுவர். இது ஊறுகாயாகப் பயன்படுகின்றது. இது சீரண சக்தியை அளிக்கிறது. மேலும் நா வறட்சி, யானைக்கால், வெறி, கண்ணோய், இவற்றைப் போக்கும். நகச்சுற்று நோய்க்கு, நோய் கொண்ட விரலை எலுமிச்சம் பழத்தினுள் சில மணி நேரம் வைத்தால் நகச்சுற்று நீங்கும்.

எழுத்தாணி பச்சிலை (ம. 12)

இது ஒருவகை மருந்துச் செடியாகும். இந்தப் பச்சிலையினால் சக்கைக்கட்டு, குடல் சளி, சீதபேதி, கடுப்பு, கரப்பான், சொறி சிரங்கு ஆகிய நோய்கள் தீரும்.

ஏலம் (18, 99; ம. 1, 5, 6, 9)

இது மலைப் பகுதிகளில் விளைகின்ற வாசனைப் பொருளாகும். இது மருந்தாகவும் பயன்படுத்தப்படுகிறது. இந்த ஏலத்தில் நான்கு வகைகள் காணப்படுகின்றன. பொதுவாக இவ்வேலம் அதிசாரம், அண்டவாதம், ஈளை, வழலைக் கட்டி, காசம், கிரிச்சுரம், சிலந்திச்சுரம், சோபம், பித்தம், வாந்தி, விஷக்கடி, விந்துநட்டம், வெக்கை நோய் போன்ற நோய்களைக் குணப்படுத்தும். சிறப்பாக இந்த ஏலவகைகள் ஒவ்வொன்றும் தமக்கே உரிய தனித்தன்மைகளால் பல நோய்களை குணப்படுத்துவதைக் கீழே காண்போம்.

1. **காட்டு ஏலம்:** இந்த ஏலம் நீங்கா வாந்தி, கழிச்சல், சுவையின்மை, பைத்தியம் ஆகியவற்றைப் போக்கும்.

2. சிறு ஏலம்: இந்த ஏலமானது சக்கை வாயு, நுரைத்த சக்கை, வறட்டுக் காய்ச்சல், உமிழ்நீர் ஊறல், வாய் இனிப்பு, நா வறட்சி, நீர் கழித்தல், வியர்வை, தலைவலி, மிகு காய்ச்சல், சளி போன்ற நோய்களைப் போக்கும்.

3. பெரு ஏலம்: இந்த ஏலமானது தொண்டைப் பகுதி, வாய், கன்னம், நா, சக்கைவாய் (குதம்) போன்ற இடங்களில் உண்டாகும் நோய்களை நீக்கும். அதோடு விடாபேதி, அரையாப்பு, நீர்ச்சுருக்கு, நா வறட்சி, வாந்தி, சிலந்திநஞ்சு, காய்ச்சல், வெப்பு கழிச்சல், எரிவு, இருமல், சோமநோய், விந்துக்கேடு, வயிற்றில் சளி நிறைதல், நெஞ்சில் கோழை உண்டாதல், மிகுபித்தம் போன்ற நோய்களையும் நீக்கப் பயன்படுத்தப்படுகிறது.

4. மலை ஏலம்: இந்த ஏலம் மலைப்பகுதிகளில் அதிகமாகப் பயிரிடப்படுகின்றது. இது நா வறட்சி, பித்தசொறி, நீர்ச்சுருக்கு, சுவையின்மை ஆகிய நோய்களைப் போக்கவல்லது.

ஓமம் (99)

'அசம்ம தாகம்' என்ற செடியிலுள்ள விதையே ஓமம் என்றழைக்கப்படுகிறது. இதனை அசமோதகம் என்றும் 'சத்தி சாரம்' என்றும் சில வட்டாரங்களில் அழைக்கின்றனர். இந்த ஓமத்தில் இரு வகைகள் உள்ளன. அவை 1. ஓமம் 2. குரோசரணி ஓமம் என்பவையாகும். வயிற்றுப்பொருமலுக்கு ஓமத்தால் உருவாக்கப்படும் ஓமத்திராவகம் என்றதொரு மருந்தை அருந்தினால் வயிற்றுப் பொருமல் நீங்கும். இதுமட்டுமல்லாமல் வயிற்றுளைச்சல், வயிற்றோட்டம் ஆகிய நோய்களையும், இத்திராவகம் குணப்படுத்தும். இதுமட்டுமல்லாமல் ஓமமானது அதிகார பேதி, குடல் இரைச்சல், இருமல், கடுப்பு, காசம், சீதம், சுரம், மாந்தம், பக்க நோய், மூலம் ஆகிய நோய்களையும், குணப்படுத்தும். இதோடு குளிர்காய்ச்சல், செரியாமை, வாயுகடுப்பு, ஈளை, பல்நோய், ஈறுநோய், ஆண்குறிநோய் போன்றவற்றையும் நீக்க வல்லது.

கசாயம் (56, 57, 80, 95; ம. 1, 4, 8)

கடை மருந்துகள், மூலிகைகள் இவற்றை நன்றாக இடித்துத் தண்ணீர்விட்டுக் காய்ச்சி, நன்றாக வற்ற வைத்து வடித்தெடுக்கும் திரவப் பொருளே கசாயம் என வழங்கப்படுகிறது. கசாயத்தினைத் தயாரித்தவுடன் அருந்தினால் நோய் உடனே குணமாகும். இல்லையெனில் இவை மருந்தாகப் பயன்படாமல் உடல்நலத்திற்கு ஊறு விளைவிக்கலாம். கசாயத்தினைக் குடித்து வரும்போது பத்தியம் தவறாமல் காப்பது நன்று.

கச்சோலம் (ம. 9, 13)

சாதிக்காய் என்ற மருந்து விதையினது தோட்டினையே கச்சோலம் என்று அழைக்கின்றனர். இதுவும் மருந்தாகப் பயன் படுகிறது. இது விந்துக் கேடு, கழிச்சல், முகவாய் நோய்கள், தலைநோய், இரைப்பு, இருமல் போன்ற நோய்களைக் குணப் படுத்தும். இதனை அளவுக்கு அதிகமாக உட்கொண்டால் மயக்கம் ஏற்படும்.

கஞ்சி (95)

வர்ம சம்பந்தமான நோய்களுக்குக் கஞ்சி வைத்துக் குடிப்பது மிகவும் நல்லது. பலவகையான கஞ்சி தயார் செய்து உண்ணும் போது பலவித நோய்கள் குணமாகின்றன.

1. **எவா அரிசிக் கஞ்சி:** எவா அரிசி என்ற ஒருவகை அரிசியினைக் காய்ச்சிக் கஞ்சி வைத்துக் குடிக்கும்போது உடல் வற்றிப்போன ஈளை நோய் குணமாகும். அதோடு தசையின்றி எலும்புக்கூடாய் காணப்படுகிறவர்களுக்கு இக் கஞ்சி நல்ல ஊட்டச் சத்தாக விளங்குகிறது.

2. **ஐயரிசிக் கஞ்சி:** ஐந்து வகை அரிசிகளால் காய்ச்சப்படும் கஞ்சி ஆதலால் இதற்கு ஐயரிசிக் கஞ்சி எனப் பெயரிட்டனர். துவரம் பருப்பு, உளுத்தம்பருப்பு, கடலைப்பருப்பு, சிறுபயிறுபருப்பு, பச்சரிசி ஆகிய ஐந்தினையும் வகைக்கு ஒருபிடியாக எடுத்துப் பானையிலிட்டு நன்றாகக் காய்ச்சிக் கஞ்சியாக வடித்துக் கொள்ள வேண்டும். இந்தக் கஞ்சியினை அருந்தினால் ஆயாசம், முக்குற்றம் நீங்கும்.

பொதுவாக இக்கஞ்சியினை உண்ணா விரதம் இருந்து மயக்கம் அடைந்தவர்களுக்குக் கொடுப்பது மிகவும் நல்லது.

3. **கஞ்சிச் சோறு:** சோற்றோடு கூடிய கஞ்சியினை உட்கொண்டால் உடல் பெருகும். மேனி அழகு பெறும். வெப்பு, பித்தம் இவை மாறும். சளி உண்டாகும்.

4. **கொதி கஞ்சி:** சோறு வேகும்போது வடித்து எடுக்கப் படுகின்ற கொதி கஞ்சி நீரானது வீரிய வளர்ச்சி உண்டுபண்ணும்.

5. **கொள்ளுக் கஞ்சி:** கொள்ளரிசி சேர்ந்த சோற்றுக் கஞ்சானது பசியைப் போக்கும்; வீரிய வளர்ச்சியை உண்டுபண்ணும்.

6. **கோதுமைக் கஞ்சி:** கோதுமை கஞ்சானது கொடுங் காய்ச்சல், நீரேற்றம், சளி, சன்னி இவற்றைப் போக்கும். உடல் வன்மையை உண்டுபண்ணும்.

7. **நெற்பொரிக்கஞ்சி:** நெல்லினைப் பொரித்து அதிலிருந்து அரிசியை வேறாக்கி அதை உலையில் இட்டு நன்றாகக் காய்ச்சிக் கொடுத்தால் மிகு பித்தம் நீங்கும்.

8. **உளுத்தம்பயிறு, பச்சரிசிக் கஞ்சி:** பச்சரிசியினோடு உளுத்தம்பயிற்றினைக் கலந்து காய்ச்சப்பட்ட கஞ்சியானது பித்தத்தை விலக்கும்.

9. **பால் கஞ்சி:** உலையில் பாலிட்டுக் காய்ச்சப்படும் பால் கஞ்சானது பித்த எரிவினைப் போக்கும். அறிவு, விந்து இவற்றை விருத்தி செய்யும்.

10. **மறுஉலைக் கஞ்சி:** பலதடவை வடித்து, வடித்து இறக்கிய நீர்த்த சோற்றுக் கஞ்சியே மறுஉலைக் கஞ்சி எனப்படும். இது காய்ச்சல், வெப்பம் இவற்றைப் போக்கும். உடல் நலத்தைப் பெருக்கும்.

11. **முடிச்சுக் கஞ்சி:** அரையாழாக்கு அரிசியில் இரண்டு படி தண்ணீர் விட்டு அரைபலம் சுக்கை நறுக்கித் துணியில் முடிந்து போட்டு நாலில் ஒரு பங்காகக் காய்ச்சி இறக்கப்படும் கஞ்சியே முடிச்சுக் கஞ்சி எனப்படும். இந்தக் கஞ்சி நீரானது மிகுவாதம், வெப்பம், சிவந்த சிறுநீர், பித்த நோய்கள், செரியாமை போன்றவற்றை அகற்றும். பசியை உண்டாக்கும்.

12. **வடி கஞ்சி:** சோற்றில் இருந்து வடித்து எடுக்கப்படும் கஞ்சி நீரானது வடிகஞ்சி எனப்படுகிறது. இது விழிக்குக் குளிர்ச்சியைக் கொடுக்கும். ஆனால், வயிற்றிற்கு மந்தத்தை உண்டு பண்ணும்.

13. **உறை கஞ்சி:** கஞ்சி வெள்ளத்தை வடித்தவுடன் சூடாக இருக்கும்போது அருந்தாமல், அதைப் பாத்திரத்திலேயே வைத்து விட்டால் அக் கஞ்சி நீரானது தயிரைப் போன்று உறைந்துவிடும். இக் கஞ்சியே உறை கஞ்சி எனப்படும். இது வாதத்தையும், சளி பெருக்கையும் உண்டு பண்ணும். எனவே இதை அருந்தக்கூடாது.

கடலாடி (97)

நாயுருவி என்ற செடியினைக் கடலாடி என்று கூறுகின்றனர். இதனைக் கரமஞ்சரி செடி எனவும் அழைப்பர். சில வட்டாரங்களில்

இதனை நாயரஞ்சி, நாய்க்குருவி என்றும் அழைக்கின்றனர். இதில் மூன்று வகைச் செடிகள் உள்ளன. அவை நாயுருவிச் செடி கருநாயுருவிச் செடி, செந்நாயுருவிச் செடி ஆகியனவாகும். நாயுருவிச் செடியின் வேரினை வயிற்றுளைச்சல் நோய்க்கு மருந்தாக கொடுக்கின்றனர். இதன் வேர், இலை, விதை மூன்றும் மருந்தாகப் பயன் படுகிறது. இம் மருந்தினால் செந்நீர் மூலம், கழிச்சல், சளி நோய், வேர்வை, தந்திவெள்ளை ஆகிய நோய்கள் குணமாகும். நாயுருவி விதையானது பசியினை நீக்கும். அதோடு கருவுயிர்த்த பெண்ணின் உதிரச் சிக்கலையும் மாற்றும்.

கடுகு (ம. 10)

கடுகு சிறந்த மருந்தாகப் பயன்படுகிறது. கால் உளைச்சலுக்கு இதனைக் கருப்புக் கட்டியுடன் (பனைவெல்லம்) சேர்த்து இடித்துக் கொடுத்தால் உளைச்சல் நீங்கும். கடுகிலும் நான்கு வகைகள் உள்ளன. அவற்றின் பயனைக் காண்போம்.

1. **சிறுகடுகு:** இது கறுத்த நிறத்தில் மிகச் சிறிதாகக் காணப்படும். இது கறி வகைகளைத் தாளிதம் செய்யப் பயன் படுகிறது. அதோடு விசக் கடிகள், சிலேற்பன நோய், வயிற்று விம்மல் இவற்றைப் போக்கும். தோல் சம்பந்தமான நோய் களையும் போக்கும்.

2. **செங்கடுகு:** இது தலைவலி, இருமல், பீனிசம், கோழைச் சளி, பயித்தியம், காணாக்கடி, வாதசளி, குடைச்சல், முடம், பசி மந்தம், சோபம் (சோபை நோய்) மிகுவாதம், குழம்பிய உமிழ்நீர், கழிச்சல், வயிற்றுவலி, முக்குற்றம் ஆகியவற்றைப் போக்கும். சுகப் பிரசவம் உண்டாக்கும்.

3. **நாய்க்கடுகு:** இந்த வகைக் கடுகானது மேகநீர்ச் சுருக்கு, வாயு, வாதக் கடுப்பு, குன்மம் இவற்றைப் போக்கும். பேய் விலகி ஓட இதனைச் சுடுகாட்டில் இருந்து வீடு வரை தூவுவர்.

4. **வெண்கடுகு:** பாம்பு நஞ்சு, வண்டு நஞ்சு, தொடை நரம்பு வாதம் ஆகியவற்றை நீக்கும். பேயினை ஓட்டவும் பயன் படுத்துவர். கடுகு விதையிலிருந்து எடுக்கப்பட்ட எண்ணெயானது இரத்த பித்த கபம், குஷ்டம், மூட்டுச்சூலை, மூலம், வயிற்றுநோய், வாதம் விரணம் ஆகிய நோய்களைப் போக்கும்.

கடைச் சரக்கு

எல்லா மருந்துகளையும், மருந்துவாழ் மலைகளில் சென்று சேகரிக்க வேண்டிய அவசியம் இல்லை. கெட்டுப்போகாத

மருந்துகள் கடைகளில் விற்கப்படுகின்றன. பச்சிலைகளை மட்டுமே மலைப் பகுதிகளில் சென்று பிடுங்க வேண்டியது வரும். பெரும்பாலான மருந்துப் பொருட்களைக் கடைகளிலேயே வாங்கிவிடலாம். அவ்வாறு கடையில் கிடைக்கும் மருந்துப் பொருட்கள் என்னென்ன என்பதைக் காண்போம். அக்ரோட்டு, அதிமதுரம், அதிவிடையம், அரக்கு, அபினி, அரத்தை, அகிராகாரம், அப்பளகக்காரம், அம்பர், அரிதாரம், அன்னபேதி, இஞ்சி, இஸ்கோல்விதை, இலவங்கப் பட்டை, இலவங்கப்பத்திரி, இலவங்கப்பூ, உரோஜாப்பூ, உப்பு, உலோகம், ஏலம், ஐங்கூட்டெண்ணெய், ஒட்டறை, ஓமம், கசகசா, கஸ்தூரி, கடுகு, கடுகுரோகிணி, கடுக்காய், கஞ்சா, கடலைப்புளிப்பு, கருங்குங்கிலியம், கஸ்தூரி மஞ்சள், கடல்நுரை, கடுக்காய்ப்பிஞ்சு, கம்பளம், கருஞ்சீரகம், கல்மதம், கற்பூரம், பச்சைக்கற்பூரம், கர்ச்சூர்க்காய், கல்நார், காசினிவிதை, காப்பிக்கொட்டை, காட்டுச் சீரகம், கார்போக அரிசி, காவிக்கல், காசுக்கட்டி, சிச்சிலிக் கிழங்கு, கிராம்பு, குங்கிலியம், குங்குமப்பூ, குலாப்பூ, குளம்பு, குக்கில், குரோசாணியோமம், சகைக்கிழங்கு, கெவுளா, கொடிவேலி, கொத்தமல்லி, கோஸ்டம், கோரோசனம், சடமாஞ்சில், சதகுப்பை, சந்தனம், சவுக்காரம், சவ்வாது, சாதிக்காய், சாதிபத்திரி, சாம்பிராணி, சிலாசத்து, சிவதைவேர், சிறுதேக்கு, சிறுநாகப்பூ, சீரகம், சீனிச்சக்கரை, சுக்கான்கல், சுக்கு, செவ்வியம், சேங்கொட்டை, சொத்தைப்பாக்கு, சோகி, (பலகறை) சோம்பு, தபாக்கரிசி, தக்கோலம், தாளிசபத்திரி, தான்றிக்காய், திப்பிலி, திரிகடுகு, துத்தம், துடைப்பம், துளசிவிதை, தேயிலை, தேசாவரம், தேன், நாகப்பூ, நிலஆவாரை, நீரடிமுத்து, நீர்வெட்டிமுத்து, உல்லிவத்தல், நேர்வாளம், பற்படாகம், பச்சிலைச்சிச்சிலி, பட்டாணி, பலகறை, பல்எலும்பு, பறங்கிப்பட்டை, பனங்கற்கண்டு, பனைவெல்லம், பன்னீர், பார்லி அரிசி, பாக்கு, பிண்ணாக்கு, பிஸ்தா பருப்பு, பீங்கான், பெருங்காயம், பெருஞ்சீரகம், பேழிச்சன், மட்டிப்பால், மிளகு, மிருதாரசிங்கி, மூசாம்பரம், யானைத்திப்பிலி, வசம்பு, வாலுழுவையரிசி, வாதுமை நெய், லவங்கப்பத்திரி, ரோஜா மொட்டு, வாய்விளங்கம், வால்மிளகு, விலாமிச்சைவேர், விழலரிசி, வெங்காரம், வெண்கடுகு, வெண்குங்கிலியம், வெண்மிளகு, வெந்தயம், வெள்ளைப்பூண்டு முதலான மருந்துகள் கடைகளில் கிடைக்கும்.

கண்டங்கத்திரி (ம. 2, 6, 10)

இது ஒருவகைச் செடி. இதன் தண்டுப்பகுதியிலும், கிளைப் பகுதியிலும் முள் காணப்படும். இதில் மூன்று வகைகள் உள்ளன. அவை கண்டங்கத்திரி, வெண்கண்டங்கத்திரி, முள்ளிக்கத்திரி ஆகியவை. இந்தச் செடியின் வேர், இலை பூ, காய், பழம், விதை,

பட்டை அனைத்தும் மருந்தாகப் பயன்படுகின்றது. இந்தச் செடியிலுள்ள காய் கத்திரிக்காய் அமைப்பில் சிறியதாகக் காணப்படும். எனவே இதனைக் கண்டங்கத்திரி என அழைத்தனர் எனக் கருதலாம். பொதுவாகக் கண்டங்கத்திரியானது அனல், சன்னி, சயம், சுரம், சுவாச காசம், தோசம், மந்தம், வாய்வு, நீரேற்றம், மூக்கு ஒழுக்கு, ஈளை பெருமூச்சு, போன்ற நோய்களைக் குணப்படுத்தும்.

கண்டங்கத்திரி மூலம்: கண்டங்கத்திரியின் வேரானது உடல் களைப்பு, சயம், சுவாசம், நீர்ப்பீனிசம் இவற்றைப் போக்கும்.

கண்டங்கத்திரிக்காய்: கண்டங்கத்திரியின் காயானது, ஆமம், ஐயம், மலக்கட்டு, ஆகிய நோய்களைப் போக்குவதோடு, பசியை உண்டு பண்ணும்.

கண்டங்கத்திரிப் பழம்: கண்டங்கத்திரிப் பழமானது, சயம், காசம், சீதம், சுவாசம், சொறி, தினவு, பல்லரணை (பல்வலி) இவற்றைப் போக்கும். அதோடு பசியையும் உண்டு பண்ணும்.

கற்றாழை (ம. 12)

இது காக்கணம், கன்னி, காவினை எனப் பல பெயர்களில் அழைக்கப்படுகிறது. கற்றாழைச் செடிகளில் இலை அடுக்கு உள்ளது போன்று அடுக்காகக் காணப்படும். உள்ளே சதைப்பகுதி காணப்படும். கற்றாழையிலும் பல வகைகள் உள்ளன. அவை 1. சோற்றுக் கற்றாழை, 2. செங்கற்றாழை, 3. பேய்க்கற்றாழை, 4. கருங்கற்றாழை, 5. நார்க்கற்றாழை, 6. இலைக்கற்றாழை, 7. வரிக்கற்றாழை, 8. நாகபடக்கற்றாழை, 9. மருட்கற்றாழை, 10. பேய்க்கற்றாழை, 11. தாழுதாழை போன்றவைகளாகும்.

சோற்றுக்கற்றாழை: சோற்றுக்கற்றாழையே அதிகமாக மருந்தாகப் பயன்படுகிறது. இந்தக் கற்றாழைச் சோற்றைத் தண்ணீரில் நன்றாக அலம்பிக் கொஞ்சம் கற்கண்டு சேர்த்து வெப்பத்தைத் தணிக்கின்ற மருந்தாகப் பயன்படுத்துகின்றனர். தண்ணீரில் கழுவிய கற்றாழைச் சோற்றுடன் பொரித்த படிகாரத்தை சேர்த்து, சலவை செய்யப்பட்டத் துணியில் பொட்டணங்கட்டி, கண்ணில் ஒற்றினால் கண்நோய் நீங்கும். மேலும், கற்றாழையானது அரிப்பு உன்மத்தம், எரிச்சல், கபம், கிரிச்சுரம், குஷ்டம், குன்மம், சூலை, பெண்குறிநோய், மூலம், மேகம் ஆகிய நோய்கள் தீரும்.

செங்கற்றாழை: இது உடம்பின் உட்சூட்டினைத் தணிக்கும்.

பேய்க்கற்றாழை: நீரிழிவு, உடலெரிப்பு, சூடு இவற்றைப் போக்கும்.

கஸ்தூரி மஞ்சள் (ம. 9)

இதனை மரமஞ்சள் என்றும், குச்சிமஞ்சள் என்றும், அடவி மஞ்சள் என்றும் அழைப்பர். இது கரப்பான், கிருமிப்புண், மந்தாக்கினி ஆகிய நோய்களை நீக்கும். சுக்கிலவிருத்தி உண்டாக்கும். அதோடு கணச்சுரம், கணமூலம், சுரம் அருகி, சுவாசம் இவற்றைப் போக்கும்.

கருஞ்சீரகம் (75, ம. 3)

இது சீரக வகைகளில் ஒன்று. இது மண்டைக்கரப்பான், புண், பீனிசம், உட்சூடு, தலைநோய், கண்ணோய் போன்ற நோய்களையும் நீக்கும். அதோடு பசியுண்டாக்குகிற மருந்தாகவும், சீரண சக்தியைக் கொடுக்கும் மருந்தாகவும் பயன்படுகின்றது.

கருஞ்சூரை

இது ஒரு செடிவகையைச் சேர்ந்தது. இதனைச் செங்கத்தாரி, சுருளுப்பட்டை என்று பல பெயர்களில் அழைக்கின்றனர். இந்தச் செடியின் இலைச்சாறு மருந்தாகப் பயன்படுகிறது. இதன் வேரினையும் மருந்தாகப் பயன்படுத்துகின்றனர். இந்த இலைச் சாற்றினைத் திருமேனி எண்ணெய் தயாரிக்கப் பயன்படுத்துகின்றனர்.

கருப்புக்கட்டித் தேன்

பனையில் இருந்து பதனீராக கிடைக்கும் பொருளை, நன்றாகக் காய்ச்சும்போது மெழுகு பருவத்தில் இறக்கிவிட வேண்டும். இதுவே கருப்புக்கட்டித் தேன் அல்லது கூபதனீர் என்று அழைக்கப்படுகின்றது. இந்தக் கருப்புக்கட்டித் தேனில் வர்மக் குளிகையினைக் குழைத்து அருந்தக் கொடுப்பர். கருப்புக்கட்டித் தேனிலிருந்து பனங்கற்கண்டு என்ற பொருளைத் தயாரிக்கின்றனர். பனங்கற்கண்டு தாக வெப்பம், நீர்ச்சுருக்கு, மேகவனல், வைசூரி வகைகள், வீக்கம், கனல் ஆகிய நோய்களைப் போக்கும்.

பதநீரைக் காலையில் சாப்பிட்டால் அழல், கிராணி, குஷ்டம், சொறி சிரங்கு, தாகம், நீரிழிவு, முத்தோசம், வாய்வு ஆகிய நோய்கள் குணமாகும். இதுதவிர பனை நுங்கும் மருந்துப் பொருளாகப் பயன்படுகிறது. இது எரிச்சல், தாகம், பித்தவெட்டை, மேகம் ஆகிய நோய்களைப் போக்கும். அஸ்தி, குளிர்ச்சி ஆகியவற்றை உண்டுபண்ணும். பனம்பூவும் மருந்துப் பொருளாகப்

பயன்படுகிறது. இது குன்மம், நீர்க்கட்டு, பல்லிநோய், பழஞ்சுரம் ஆகிய நோய்களைப் போக்கும்.

கருமுனி தைலம் (ம. 15)

கருஞ்சாதி கோழியே கறுத்த முனி என்று அழைக்கப்படுகிறது. இக் கோழியின் முடி மட்டுமல்லாமல், உடலும் உடலில் உள்ள தோலும் கறுத்த நிறமாகவே காணப்படும். கால் பகுதியும் கறுப்பாகவே காணப்படும். கருஞ்சாதி கோழியே வர்ம நோயினைப் போக்குவதற்குரிய தைலம் தயாரிக்க உகந்தது. கருஞ்சாதி கோழியினைக் கொண்டு தயாரிக்கப்பட்ட வர்மத் தைலம், புது இரத்தத்தினை உண்டுபண்ணும். இந்தத் தைலம் செய்யும் முறையினை மருந்துப் பகுதியில் படித்து அறிந்துகொள்ளலாம்.

கருவாடு (ம. 15)

கருவாடு என்பது உப்பிட்டு உலர வைக்கப்பட்ட மீனாகும். வர்மப் பகுதியில் அடிபட்டு, வர்ம சம்பந்தமான நோய் கொண்ட நோயாளி, வர்ம சந்தி மெழுகு, வர்மானிய குளிகை, வர்மானிய கசாயம், வர்மானிய எண்ணெய் போன்ற மருந்துகளை உள்ளுக்கு அருந்தி வருகின்றபோது 41 நாட்களுக்கு கருவாட்டுமீனை உண்ணவே கூடாது. இது கண்டிப்பான பத்தியம். இதனை உண்டால், பத்தியம் தவறி மருந்தின் பயன் உடலில் சேராமல், இது தடுத்து விடும். இதனால் நோய் அதிகரிக்கவே வாய்ப்பு அதிகம். எனவே கருவாட்டினைத் தவிர்ப்பது நலம். பத்தியகாரர்களுக்கு உப்பு சேர்க்கவே கூடாது. கருவாட்டில் உப்பு அதிகம் சேர்த்திருக்கும். எனவே இதனைக் கண்டிப்பாகத் தவிர்க்க வேண்டும்.

கலங்கொம்பு (ம. 9)

கலைமான் கொம்பே கலங்கொம்பு என்று அழைக்கப்படுகின்றது. இதுவும் மருந்தாகப் பயன்படுகின்றது. இது மான் கொம்பு என்றும், கலைமான் கொம்பு என்றும் அழைக்கப்படுகின்றது. இது அஸ்தி, மேகம், தாகம், முக்குற்றம், கண்ணோய், மார்புநோய், வெப்பநோய் ஆகியவற்றைக் குணப்படுத்தும். மேலும் கைகால் எரிவு, எலும்பு நோய், பெருநாவறட்சி இவற்றையும் நீக்கும்.

களஞ்சு (100, ம. 1, 4, 11)

இது ஓர் அளவினைக் குறிக்கும் பெயர். 40 குன்றிமணி அளவு

கொண்டது 1 களஞ்சு எனப்படும். தற்கால அளவுப்படி 1 களஞ்சு என்பது சுமார் 5 கிராம் அளவு எடை கொண்டதாகும். மருந்து தயாரிக்க மூலிகைகள், கடைச்சரக்குகள் இவற்றைச் சேர்க்கும் போது அளவு சிறிதுகூட மாறாமல் சேர்த்தல் வேண்டும். அளவு மாறினால், மருந்தினால் பலன் இல்லை. சில மருந்துகள் ஒரு களஞ்சு சேர்க்க வேண்டியதிருக்கும். சில மருந்துகள் 5 களஞ்சு சேர்க்க வேண்டியதிருக்கும். 5 களஞ்சு சேர்க்க வேண்டிய மருந்துப் பொருளை ஒரு களஞ்சும், 1 களஞ்சு சேர்க்க வேண்டிய மருந்துப் பொருளை 5 களஞ்சும் சேர்த்தால், மருந்தினது குணம் மாறி, நோயைத் தீர்ப்பதற்குப் பதில் அதிகரிக்கச் செய்யும் நஞ்சாக மாறி விடும். எனவே மருந்துகளைச் சரியாக எவ்வளவு அளவு சேர்க்க வேண்டும் என்பதைச் சரியாகப் படித்தறிந்து அளவு தவறாமல் சேர்த்து மருந்து தயாரிப்பது நன்று.

கறியுப்பு (15, 27, ம. 12)

இது உப்பு வகைகளில் ஒன்று. கறிக்குப் பயன்படுத்தப்படும் உப்பே கறியுப்பு எனப்படுகிறது. இது வயிற்றுப் பொருமலை அகற்றும். மந்தத்தினைப் போக்கும், வாயுவினை வெளிப்படுத்தும், உடம்பில் சூடு உண்டாக்கும். ஐயம், தீபனம் நோய்களை அகற்றும். உடம்பிலிருந்து கெட்ட நீரினை இறங்க வைக்கும். பசியினையும் உண்டுபண்ணும். ஆனால் வர்மானிய மருந்துகளை உள்ளுக்கு அருந்துபவர்கள், கட்டாயம் இந்த உப்பு சேர்க்கக்கூடாது. 3 நாட்களுக்குப் பிறகு வறுத்துச் சிறிது சேர்த்துக் கொள்ளலாம்.

காசம் (98, மு. 6, 9)

13 வகை காச நோய்கள் உள்ளன. காச வகைகள் 13 பற்றியும் அவை போக்கும் மருந்துகள் பற்றியும் முன்னோர் கூறியுள்ளதை இப்பகுதியில் காண்போம்.

13 வகை காசம்

காயமென்ற சிலேற்பன மந்தார காசம்
　　கார்மேவு வானமந் தார காசம்
மாயமென்ற பக்கமந் தார காசம்
　　மண்டைநீர் கொண்டெழுந்த பீனிச காசம்
நேயமென்ற சன்னிகப காசத் தோடு
　　நிலைத்த ரத்தகாய விசபித்த காசம்
தோசமென்ற சுரகாசம் இவைஎட் டாச்சு
　　தொந்த காசங்களில் ஐஞ்சுண் டாமே

உண்டான வியாதிகப தொந்தத் தாலே
உற்பவித்த காசமென்ற பெயரு மாச்சு
கொண்டாடும் கபகோழை நெஞ்சில் கட்டி
கூர்கூரென்று இளைப்புஈளை சுவாசம் ஏங்கல்
விண்டாடும் நெஞ்சுதன்னில் நோவு மாகி
விலாவெடுத்துக் கூர்கூரென்று வாங்கும்
ஒண்டாத ஈரல்முதல் நெஞ்சுக் குள்ளே
உற்றுவரும் விரணத்தால் உறுதி யாமே

காசத்திற்குரிய மருந்துகள்

உறுதியாய்ச் சொல்லிவிட்டேன் உலகத் தோர்க்கு
உற்பவித்த காசவகை எல்லாம் தீர
சுறுதியாம் தைலமொன்று சொல்லக் கேளு
தூதுவளை செந்தொட்டி கண்டங் கத்திரி
பொறுதியாம் இசங்கன்வேர் வேப்பம் பட்டை
பொருந்தவே வகைவகைக்குப் பலம்ஈ ரைந்து
தகுதியாய் அரிந்து இடித்து பதக்கு நீரில்
இட்டவித்து எட்டொன்றாய்க் குறுக்கி வாங்கி

வாங்கியதில் தைவாளை குப்பை மேனி
வளர்கின்ற தூதுவளை கண்டங் காலி
ஏங்கியதோர் வெண்நொச்சி ஆடா தோடை
இலையுடனே முருங்கத்தோல் முருக்கன் பட்டை
வாங்கியதோர் வெள்ளுள்ளி இஞ்சிச் சாறு
வகையுடனே பாண்டமதில் ஒன்றாய்ச் சேர்த்து
ஆங்கியதோர் வேப்பெண்ணெய் படிதான் இரண்டு
அறிந்திடும் கற்கவகை அறையக் கேளு

அறைகிறேன் திரிகடுகு காயம், இந்துப்பு
அதிமதுரம் வலம்புரிக்காய் நறுக்கு மூலம்
பொறைவில்லா சிறுதேக்கு வெள்ளை உள்ளி
கோல்வசம்பு சித்தரத்தை அக்கராவும்
நறைக்குதவும் பஞ்சவும் பழுக்காய் தானும்
வகையொன்றுக்கு இருகளஞ்சு வகையாய்க் கூட்டு

கூட்டியதோர் வாரணத்தி குடலோடு ஒக்க
அரித்திட்டு வெந்து முதிர்பருவம் தன்னில்
மாட்டிவடி கலசமதில் அண்டத் தைலம்

வடிபடி, அரைக்கால்படி அளந்து விட்டுத்
தீட்டியதோர் முன்தைலம் வடித்து, இறுத்துச்
சிவசிவா ஆதிபதம் சிந்தை செய்யே

சிந்தையாம் நெய்நைவேத் தியங்கள் செய்துடனே
சித்தர்களுக்கு அன்னங்கள் ஈந்து டனே
சந்திப்பாய் தேகம்வலு நோய தறிந்து
தைலமது கால்அரை மண்ட லம்தான்
சந்திப்பாய் காசளவு அந்தி சந்தி
சுகந்தமுள்ள பத்தியமாய் கொண்டா யானால்
வந்திப்பாய் காச வகை எல்லாம் தீரும்
வயதும் ஓர்நாற்பதுக்குள் மகிமை யாமே

காச நோய்க்கான மருந்து விளக்கம்

தூதுவளைவேர், செஞ்சட்டிவேர், கண்டங்கத்திரிவேர், இசங்கு வேர், வேப்பம்பட்டை இவற்றை வகைக்கு 10 பலம் எடுத்துக் கொண்டு, அரிந்து இடித்துப் பதக்கு (8 படி) நீர்விட்டு நன்கு ஒருபடி நீராகும் வரை காய்ச்சிக் கசாயத்தை இறக்கி வைக்க வேண்டும். அதன்பிறகு தைவாளைச்சாறு, குப்பைமேனி இலைச் சாறு, தூதுவளை இலைச்சாறு, கண்டங்கத்திரி இலைச்சாறு, வெள்ளை நொச்சி இலைச்சாறு, ஆடாதோடை இலைச்சாறு, முருங்கைத்தோல் சாறு, முள்ளு முருங்கைப் பட்டைச்சாறு, வெள்ளுள்ளிச்சாறு, இஞ்சிச்சாறு இவற்றைச் சம அளவு ஒரு பாண்டத்தில் எடுத்து வைத்துக் கொண்டு, இந்தச் சாற்றுடன் ஒரு படி வேப்பெண்ணெயும் கலந்து வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். சுக்கு, நல்லமிளகு, திப்பிலி, காயம், இந்துப்பு, வலம்புரிக்காய், நறுக்கு மூலம், சிறுதேக்கு, வெள்ளை உள்ளி, கோல்வசம்பு, சித்தரத்தை, அக்கரா, பஞ்சபமுக்காய் (இது ஒரு வகை பிசின்) போன்ற கடை மருந்துகளை, வகைக்கு ஒரு கழஞ்சு வீதம் எடுத்து நன்கு இடித்து அரிந்து, முன் கூறப்பட்ட கலவையுடன் கலக்க வேண்டும். அதோடு இக்கலவையுடன் கருங்கோழியின் குடலையும் மலத்தையும் நீக்காமல் அரிந்து போட்டு அடுப்பில் ஏற்றி நன்றாகக் காய்ச்சவேண்டும். கோழியின் குடலானது வெந்து முதிரும் பருவம் வந்ததும், அதில் அரைக்கால்படி முட்டைத் தைலத்தை விடவேண்டும். மேலும் சிறிது நேரம் தீயிட்டு இறக்கி, இறைவனை நினைத்துக் காசு அளவு எடுத்து, நாள் ஒன்றுக்கு மூன்று நேரம் அருந்தி, பத்தியம் தவறாமல் பத்து நாள் குடித்து வர எல்லாக் காச நோய்களும் தீரும்.

காரம் (ம. 9)

'காரம்' பல வகைப்படும். இவை ஒவ்வொன்றும் தனித்தனி குணம் பெற்றவை.

1. படிகாரம்

இது கடைகளில் கிடைக்கும். கண்நோய் உண்டான குழந்தைகளுக்கு 3 கிரெயின் (3 உளுந்து அளவு) அளவும் பெரியவர்களுக்கு 6 கிரெயின் அளவும் படிகாரத்தை எடுத்து, அதை ஒரு அவுன்ஸ் தண்ணீரில் கலக்கி, தினம் 4 அல்லது 5 தடவை கண்களைக் கழுவக் கண்ணோய் அகலும். மூக்கிலிருந்து அதிகமாய் இரத்தம் வந்தால் 120 கிரெயின் படிகாரத்தை 6 அவுன்ஸ் தண்ணீரில் கரைத்து மூக்கினுள் செலுத்தினால் இரத்தம் நிற்கும். காயம்பட்ட இடத்திலும் படிகாரத்தை வைத்துத் துணியினால் கட்டினால் இரத்தம் நிற்கும். குழந்தைகளின் மலத்துவாரம் வழியே குடல் வெளியே தள்ளினால் 60 கிரெயின் படிகாரத்தை 8 அவுன்ஸ் கடுக்காய்க் கசாயத்தில் கலக்கி, குடலை உள்ளுக்குத் தள்ளி, 2 அல்லது 3 மணி நேரம் இக்கசாயத்தைத் தொட்டுப் போட்டால் குணமாகும். நுரையீரல், இரைக்குடல் முதலியவற்றில் இரத்தக் கசிவு ஏற்பட்டால், படிகாரம் 10 கிரெயின் வீதம் 3 நேரம் உள்ளுக்குக் கொடுத்தால் சுகம் கிடைக்கும். நோய் அதிகப்பட்டால் கொடுக்கக் கூடாது. இந்த நோய்க்கு இன்னொரு விதத்திலும் இம் மருந்தைக் கொடுக்கலாம். படிகாரத்தை 120 கிரெயின் எடுத்து அரைபுட்டி பாலில் 10 நிமிடம் காய்ச்சி வடிகட்டி ஆறின பின், ஒரு வேளைக்கு ஒன்றரை அவுன்ஸ் வீதம் நாள்தோறும் மூன்று வேளை கொடுக்க வேண்டும்.

குழந்தை கக்கல் இருமல் நோய்க்கு 5 கிரெயின் படிகாரத்தை நுணுக்கித் தேனில் கலந்து, விரலில் எடுத்து வாயில் தினம் 3 வேளை கொடுக்க குணம் கிடைக்கும். படிகாரம் முட்டுவீக்கம், சதை முறிவுக்கும் சிறந்த மருந்து. மேலும், வாந்திபேதி, வயிற்றுப் போக்கு, தொண்டைப் புண் ஆகிய நோய்களுக்கும் இது சிறந்த மருந்தாகும்.

2. வெங்காரம்

இது கணமாந்தம், என்புக்காய்ச்சல், மிகுமேகம், ஈளை, சீதக் கழிச்சல், செந்நீர்ப்பித்தம், கழிச்சல், இருமல், உட்சூடு போன்ற நோய்களைப் போக்கும். விந்தினை விருத்தியாக்கும். மேலும் எட்டு வகைக் குன்மங்கள், சயம், இரத்தமூலம், கல்லடைப்பு, கிருமி, சன்னி, நீரடைப்பு, வாயு போன்ற நோய்களை குணமாக்கும். அதோடு பாம்பு விசத்தினைப் போக்கவும் இதனை மருந்தாகப் பயன்படுத்துவர்.

3. சீனாக் காரம்

இது அழலை, கண்ணோய், குன்மம், 'துன்மாங்கிசம், பல்லரணை (பல்வலி), யானைக்கால், வாய்வு போன்ற நோய்களை நீக்கும் மருந்தாகப் பயன்படுகிறது. மேலும் வாதம், கெட்ட ஊன், உள் அழலை ஆகிய நோய்களையும் குணமாக்குகிறது,

கிரிசாத்துத் தைலம் (59)

கிரிசாத்து என்பது செடி வகையைச் சேர்ந்தது. நிலவேம்பு செடியே கிரிசாத்து எனக் கூறப்படுகின்றது. இதனைக் கிரியாத்து, கிரிராத்து எனவும் அழைக்கின்றனர். இத்தைலம் கிரிசாத்து முதலான மூலிகை, கடைமருந்துகள், நல்லெண்ணெய், ஆகியவை கொண்டு தயாரிக்கப்படுகிறது. இது வர்மப்பிணிகளைப் போக்கும். இத்தைலம் வாதக்காய்ச்சல், மேகநீர்க்கோவை, காய்ச்சல், குற்றம், மயக்கம் ஆகியவற்றைப் போக்கும்.

குக்கில் (ம. 3, ம. 14)

இது ஒருவகைக் கடைமருந்து, இதனை மைச்சாடிதம் என்றும் அழைப்பர். இது காது, உதடு, மூக்கு ஆகிய உறுப்புகளில் ஏற்படும் நோய்களைப் போக்கும். மேலும் காணாக்கடி, மேகப்புண், வாதக்கட்டி, சூலை ஆகிய நோய்களையும் குணமாக்கும். கட்டி, நகச்சுற்று இவற்றையும் போக்கும்.

குங்குமப்பூ (108, ம. 9)

இது ஒருவகைக் கடைமருந்து. இதனைக் குஞ்சிதப்பூ எனவும் கூறுகின்றனர். இது விந்துக்கேடு, நாவறட்சி, குடல் வளர்ச்சி, மேகநீர், கீல்பிடிப்பு, சளி, காய்ச்சல், பைத்தியம், வாதம், தலைவலி, கண்பூ, கண்ணோய், வாந்தி, மூக்கு ஒழுக்கு, காதுநோய் (செவிடு), நீரேற்றம், வாயினிப்பு இவற்றைப் போக்கும். கருவுயிர்ப்பில் நலம் தரும்.

குடல் வெட்பால் (ம. 9)

இதனை வெட்பாலை, குடசப்பாலை, பாலை, கறிப்பாலை எனப் பலவாறு கூறுகின்றனர். வெட்பாலை மரத்தினது இலை, விதை (அரிசி) ஆகியவை மருந்தாகப் பயன்படுகின்றன. இந்த வெட்பாலை இலையானது வெள்ளை வெப்பு, சீழ்மேகக் காய்ச்சல், மிகு பித்தம் போன்றவற்றை நீக்கும். விந்தினை விருத்தி செய்யும். வெட்பாலை அரிசியானது பித்தம், குடல் வளர்ச்சி, வயிறு உப்பல், அக்கினி வாதம், கிரந்தி, கிராணி, சிலவகை

விசங்கள், சூலை திரிதோசம், புண்கள், மூலநோய் இவற்றைப் போக்கப் பயன்படுத்தப்படுகிறது.

குந்திரிக்கம் (ம. 10)

இது ஒருவகை கடைமருந்தாகும். இதனைக் குந்துருக்கம் என்றும் கூறுவர். இது இருமல், இரைப்பு, மேகக்கட்டி, பூச்சிக் கடிகள், விறுச்சுக் குட்டம் (குஷ்டம்), படைகள் (படர்தாமரை), கிரந்தி, நாள்பட்ட சிரங்குகள் போன்ற நோய்களைப் போக்கும். மேலும் காகவாதம், தலைவலி, துர்க்கந்தம், பீனிசம் ஆகிய நோய்களுக்கும் இது பயன்படுகிறது.

குரு தைலம் (80)

இந்தத் தைலம் அகத்தியர் குருவால் தயாரிக்கப்பட்டதென்றும் அதனால் குரு தைலம் என்று வழங்கப்படுகின்றது என்றும் வைத்தியர்கள் கூறுகின்றனர். இத் தைலம் குமரி மாவட்டத்தில் மருத்துவர்களால் தயாரிக்கப்படுகின்றது. நாகர்கோவில் கோபால் ஆசான் மருந்துக்கடையில் இத்தைலம் கிடைக்கிறது. குளிர் காய்ச்சலில் நடுக்கம் தோன்றுபவர்களுக்கு இந்தத் தைலத்தை உடல் முழுவதும் நன்கு தேய்த்து விடுவோமானால், உடனடியாகக் குளிர்காய்ச்சல் மாறும்.

குழிகை (குளிகை) (101)

இன்று மாத்திரை என்று நாம் அழைப்பதையே அக்கால வைத்தியர்கள் குளிகை என அழைத்தனர். இதனை உள்ளுக்கு அருந்தக் கொடுக்கும்போது ஏதேனும் ஓர் அனுபானத்தில் சேர்த்துக் கொடுப்பர். மருந்து விளக்கப் பகுதியில் கூறப்பட்டுள்ள வர்மக் குளிகை வர்ம நோய்களைத் தீர்க்கவல்லது.

குறுந்தொட்டி (ம. 1, 3, 7, 8, 10)

இதனைக் குறுந்தட்டி எனவும் கூறுவர். இது செடிவகையைச் சார்ந்தது. இதன் வேர், இலை அனைத்தும் மருந்தாகப் பயன்படுகின்றன. இது வாதம், பித்தம், குன்மம் ஆகிய நோய்களைப் போக்கும். வர்ம சம்பந்தமான கசாயம், குளிகை, எண்ணெய் ஆகியவற்றில் குறுந்தொட்டிச் செடியின் சாற்றினைக் கலப்பர்.

குன்றிவேர் (97)

குன்றிமணியில் செங்குன்றி, வெண்குன்றி என இருவகை உள்ளது. குன்றிவேர் மருந்தாகப் பயன்படுகிறது. சயரோகம், மஞ்சள் காமாலை, தாபசோபம் (விரகதாபத்தால் உண்டான

சோபை நோய்) நிறம் மழுங்கல், கண்நோய்கள், பித்தம், வியர்வை, வெப்புநோய் போன்ற பல நோய்களுக்கு இவ்வேரைப் பயன் படுத்துவர். மேலும் மூர்ச்சைக் காய்ச்சல், சனிக்காய்ச்சல் போன்ற வற்றையும் குணப்படுத்தும். வெண்குன்றி மருந்தால் கரப்பானும் வாதமும் குணமாகும்.

குன்று தாங்கி மூலி (89)

இது ஒரு வகையான மூலிகை. இந்த மூலிகை பற்றி வைத் தியர்களிடையே பல வேறுபாடான கருத்துக்கள் காணப்படு கின்றன. கழச்சிக் கொடியே குன்றுதாங்கி மூலி எனச் சில வைத் தியர்கள் கூறுகின்றனர். வேறு சில வைத்தியர்கள் வல்லாரை மூலிகையே குன்று தாங்கி மூலி எனக் கூறுகின்றனர். இந்த மூலிகை எது என்பதை நன்கு தெளிவாக அறிய வேண்டுமானால், அனுமார்மந்திரம் செபித்து மூலிகையின்மேல் கல்லை வைத் தால் கல் தெறித்துப் போகும். இதனை மிக அனுபவம் உள்ள வைத்தியர்களிடம் சீடனாக இருந்தால் மட்டுமே அறிய முடியும். மெய்தீண்டாமலேயே பகைவரை வீழ்த்த இந்த மூலிகை பயன்படு கிறது.

கையாந்தரை (ம. 10)

கையாந்தகரை என்ற பெயரே மருவிக் கையாந்தரை என்று வழங்கப்படுகிறது. கரிசலாங்கண்ணி என்றும் இதனை அழைப்பர். சில வட்டாரங்களில் இதனைக் கரிக்கண்டு, கரிக்கை, கரிப்பான் என்று பலவகையான பெயர் கொண்டு அழைக்கின்றனர். இந்தச் செடியின் சாற்றினை மஞ்சள் காமாலை, கைகால் எரிவு, குட்டம், குரல் கம்மல், சிலேட்டும சுரம், சோபை, நீரிழிவு, பல் நோய், பாண்டு பித்தம் ஆகிய நோய்களுக்கு மருந்தாகக் கொடுப்பர். இது உடலுக்கு அழகும், வலிமையும் கொடுக்கும்.

கொட்டம் (99 ம. 7, 8, 9, 14)

இதனைக் குட்டம் எனவும், கோஸ்டம் எனவும் அழைப்பர். இது ஒரு கடை மருந்தாகும். கண், வயிறு, மிடறு, தலை, நா, வாய் ஆகிய இடங்களில் உண்டாகும் நோய்களுக்கு இதனை மருந்தாகப் பயன்படுத்துவர். இதோடு காய்ச்சல், வீக்கம், கீல்வாதம், முளைமூலம் (மூலமுளை), இரைப்பு, இருமல் ஆகிய வற்றுக்கும் எலி, பாம்பு, நாவி முதலிய நஞ்சுகளுக்கும், மேகக்கட்டி, வாதக்கொப்பளங்கள், பூதகணம், விந்துக்கழிவு, வெள்ளை, பித்தம் போன்ற நோய்களுக்கும் இம்மருந்து பயன்படுகிறது. கருவுயிர்த்தல் எளிதாகும்.

கோரோசனை (100, ம. 5, 10, 11)

இதுவும் கடையில் கிடைக்கும் மருந்தாகும். இது மேகநீர், மேகக் காய்ச்சல், மிகுமந்தம், உன்மத்தம், கணமாந்தம், சிலேற்பனநோய், அம்மைப்புண் ஆகிய நோய்களுக்கு மருந்தாகப் பயன்படுகிறது.

சடமாஞ்சி (ம. 1, 3, 4, 6, 10)

இது ஒருவகை மருந்துப் புல்லாகும். இதனைப் பருங்கோரைப் புல் என்றும் கூறுவர். இந்தப் புல்லின் உலர்ந்த வேரை, எண்ணெயில் கலந்து வாசனை, குளிர்ச்சி தருகின்ற தைலமாகத் தலையில்தேய்க்கலாம். இது இரத்தத்தைச் சுத்தமாக்குகிற மருந்தாக உள்ளுக்குக் குடிக்கக் கொடுக்கப்படுகிறது. வயிற்று வியாதி, பெருநோய், சிலந்தி நஞ்சு, பழங்காய்ச்சல், உட்சூடு, வாய்வு, கழிச்சல், விழிநோய், ஈளை, செந்நீர்ப்பித்தம், பெருமூச்சு முதலான நோய்கள் தீரும்.

சந்தனம் (ம. 1, 6, 7, 10, 11, 14)

செஞ்சந்தனமே மருந்தாகப்பயன்படுகிறது. செஞ்சந்தனத்தைக் குசந்தனம் என்றும் அழைப்பர். இது முக்குற்றம் மனமயக்கம், காய்ச்சல், ஒழுக்கு நோய், நாவறட்சி, உட்சூடு, நமைச்சல், சீள்வெள்ளை ஆகிய நோய்களைப் போக்கும். உடல் வலிமையைத் தரும். நல்லறிவு, மகிழ்ச்சி, செல்வம், மேனியொளி இவற்றை விருத்தி செய்யும்.

சாதிக்காய் (ம. 9)

இது கடையில் கிடைக்கும் ஒருவகை மருந்து. இது விந்துக் கேடு, கழிச்சல், முகவாய் நோய்கள், தலைநோய், இரைப்பு, இருமல் ஆகியவற்றைப் போக்கும். இதை அளவுக்கு அதிகமாகப் பயன்படுத்தினால் மயக்கம் உண்டுபண்ணும்.

சாதிலிங்கம் (ம. 15)

இதுவும் கடைமருந்தே ஆகும். இது விசக்கடி, கட்டி, கரப்பான்பூச்சி விசம், கிரந்தி, குஷ்டம், சன்னி, சுரம், சூலை, நீரோடுதல் (வாத நீரோட்டம்), புண், பேதி, வாதம், விரணம் போன்ற நோய்களுக்கு மருந்தாகப் பயன்படுகின்றது.

சாமையரிசி (12)

இது தானிய வகையைச் சார்ந்தது. இதனை நெல்லை மாவட்டத்தில் சாமியரிசி என்பர். இவ்வரிசியினைக் கஞ்சி வைத்துக் குடித்தால், நாவறட்சி, காய்ச்சல், வெள்ளை, மிகுவாதநோய், சோபை இவை நீங்கும். உடலுக்கு உரமுண்டாக்கும். மேலும் கபம், கோழை, தாகசுரம், மேகநோய் போன்ற நோய்களைப் போக்கும். முக்குற்றம் நீக்கும். வர்மத்தில் அடிபட்டவர்களுக்கு, வர்ம இளக்கம் செய்தவுடன் இந்தக் கஞ்சியினைக் கொடுப்பது நலன் விளைவிக்கும்.

சாரணைவேர் (ம. 1)

சாரணை என்பது செடிவகையைச் சேர்ந்தது. இதனைச் சாரணத்தி என்றும் அழைப்பர். இதில் சந்திச் சாரணை, வெள்ளைச் சாரணை என இருவகை உள்ளது. இதன் வேர் கசப்புள்ளதாயும், கொஞ்சம் உவட்டத்தக்கதாகவும் இருக்கின்றது. இதைப்பேதி மருந்தாகப் பயன்படுத்துகின்றனர். இந்த வேரை நன்றாக உலர்த்திச் சூரணஞ்செய்து இஞ்சிச்சாற்றோடு கலந்து மருந்தாகக் கொடுப்பர்.

சிங்கி (99)

இது ஒரு கடை மருந்தாகும். இதில் மிருதாரச் சிங்கி, கற்கடகச் சிங்கி என இருவகை உள்ளது.

1. மிருதாரச் சிங்கி

இந்த மருந்தானது செந்நீர்ப் புண், கரப்பான், கிரந்திக்கூட்டம், பெரும்புண் இவற்றைப் போக்கும்.

2. கற்கடகச் சிங்கி

கடுக்காய்ப் பூவினையே இவ்வாறு அழைக்கின்றனர். இது முக்கல், கபம், இருமல், கிராணி, மூலமுளை, குருதிப்பித்தம், குருதிக் கழிச்சல், குடலிரைச்சல், மேகப்புண், காய்ச்சல், நச்சுக் காய்ச்சல் போன்ற நோய்களைப் போக்கும். வீரிய விருத்தி செய்யும்.

சித்தரத்தை (ம, 1, 3, 6)

இது அரத்தை என்ற மருந்தின் வகைகளில் ஒன்றாகும். இதன் பயன் 'அரத்தை' என்ற சொல் விளக்கத்தில் கூறப்பட்டுள்ளது.

சித்தர்முட்டி (96)

இது சிற்றா முட்டி என அழைக்கப்படுகின்றது. இதன் வேரே மருந்தாகப் பயன்படுகிறது. இது எலும்புக் காய்ச்சல், வேறுவகை யான சுரம், பித்தம் போன்ற நோய்களைப் போக்கும். கண்ணுக்கு ஒளி கொடுக்கும். இந்த வேர், தைலங்கள் தயாரிக்கவும் பயன் படுகிறது.

சிவன் வேம்புத் தைலம் (75)

இதனைச் சிவனார் வேம்புத் தைலம் என்றும் கூறுகின்றனர். சிவன் வேம்பு, சங்கம்வேர்ப்பட்டை, பூவரம்பட்டை வகைக்கு பலம் 5. எட்டிவேர்ப்பட்டை, வெள்ளக் குருசமூலம் வகைக்கு 50 எடுத்து உலர்த்தி இடித்து 4 படி தண்ணீர் விட்டுக் காய்ச்சி 1 படியாக்கி வடித்து, அதோடு, நல்லெண்ணெய் கலந்து காய்ச்சி இறக்கினால் கிடைக்கும் தைலமே சிவன் வேம்புத் தைலம். இதனை 1 அவுன்ஸ் வீதம், காலை, மாலை இரு வேளையும் அருந்தினால், பாம்பு, பூரான், எலி, வண்டு, தேள், செய்யான், பூனை, ஓணான் போன்றவற்றின் கடி விசம் போகும். மேலும் மேகபடை, ஊரல், பத்து, குஷ்டம், அரிப்பு, சொறிசிரங்கு, கிரந்தி போன்ற நோய் களும் குணமாகும். புளி, கடுகு, எள்ளெண்ணெய், மீன், கருவாடு, மொச்சை, கொள்ளு, பெரும்பூசணி, பால், தயிர், அவரைப்பிஞ்சு, முருங்கைப் பிஞ்சு, துவரை, பாசிப்பயறு ஆகியவற்றை உணவில் சேர்க்கக்கூடாது. இப் பத்தியம் காத்தல் மிக அவசியம்.

சிறுசின்னி வேர் (ம. 1)

இது ஒருவகை செடி இனத்தைச் சேர்ந்தது. இதன் வேரானது காணாக் கடிவிசம், கணக் காய்ச்சல், மாந்தம், மேகம் ஆகிய நோய் களைப் போக்கும். மேலும், இதன் இலையானது அசீரணம், வாந்திபேதி போன்ற நோய்களைப் போக்கிப் பசியுண்டாக்குகிற மருந்தாகக் கொடுக்கப்படுகிறது.

சுக்கு (9, 10, 12, 24, 29, 60. ம. 2, 3, 5, 9)

நோய்களுக்கு இஞ்சியைவிடச் சுக்கு நன்மை விளைவிக்கும். வாயு, குன்மம், வாந்தி, குடல்வலி, சுரமின்றி வரும் மற்ற வலிகள் ஆகிய நோய்களுக்கு, சுக்குக் கசாயம் செய்து ஒரு மணி நேரத்திற்கு ஒரு தடவை கொடுக்க வேண்டும். தலைவலிக்குச் சுக்கை நன்கு அரைத்து வலியுள்ள இடத்தில் பூசினால் சுகம் கிடைக்கும். பல்வலி, திமிர் நாக்கு முதலான வாயில் ஏற்படுகின்ற

வலிகளுக்கெல்லாம் ஒரு துண்டு சுக்கை வாயில் மென்று ஒதுக்கிக் கொண்டால் உமிழ்நீர் சுரந்து வலி மாறும். சுக்கு பெரும்பாலான எல்லா வகை மருந்துகளிலும் கலக்கப்படும். சுக்கெண்ணெயினை வர்ம நோய்க்கு நாசியில் விட்டு நசியம் செய்வர்.

சுத்தி செய்தல் (ம. 3)

மருந்துப் பொருட்களைச் சுத்தி செய்தல் என்பது மருந்துப் பொருட்களின் துற்குணங்களை நீக்குதலாகும். துற்குணங்களை நீக்கிப் பயன்படுத்தினால்தான் மருந்து நோயைக் கண்டிக்கும். ஒவ்வொரு மருந்துக்கும் ஒவ்வொரு விதமாகச் சுத்தி செய்தல் அவசியம். சான்றாகச் சுக்கினைச் சுத்தி செய்வது எப்படியெனில், சுக்கின் மேல் தோலினைச் சீவிச் சுண்ணாம்பு பூசி உலர்த்தி எடுக்க வேண்டும். சில மருந்துகள் சுத்தி செய்யும் முறையைக் காண்போம்.

1. **பூரசுத்தி:** பூரத்தை வெற்றிலை மிளகு கசாயமிட்டு, அதில் கிழிக்கட்டி, மூன்று நாள் ஊற வைத்து எடுத்துக் கொண்ட உடன் பூரம் சுத்தம் பெறும். இதன் பிறகு இதனை மருந்தாகப் பயன்படுத்தலாம்.

2. **முதாற்சிங்கு சுத்தி:** முதாற்சிங்கியை வெள்ளாட்டுக் கோமயத்தில் ஒரு நாழிகை கொதிக்க வைத்து எடுத்துக்கொண்டவுடன் முதாற்சிங்கு சுத்தம் பெறும்.

3. **கல்நார் சுத்தி:** கல்நாரைக் கழுதை மூத்திரத்தில் மூன்று நாழிகை ஊறிய பின் கழுவி எடுத்தால் சுத்தி அடையும்.

4. **கல்மதம் சுத்தி:** கல் மதம் என்ற கடை மருந்தினை சிறுநீரில் கழுவி எடுத்துக் கொண்டால் சுத்தியடையும்.

5. **சிவதை சுத்தி:** சிவதையைப் பசும்பாலில் அவித்து எடுத்து உலர்த்திக்கொள்ளச் சுத்தியடையும்.

6. **அமுக்கரா சுத்தி:** அமுக்கராவை ஆவின் பாலில் அவித்து எடுத்து உலர்த்திக் கொள்ளச் சுத்தி அடையும்.

7. **மிளகு சுத்தி:** புளித்த மோரில் மூன்று நாள் ஊற வைத்து ஓட்டில் வறுத்து எடுத்துக் கொள்ள மிளகு சுத்தி பெறும்.

8. **திப்பிலி சுத்தி:** திப்பிலியைப் பழரசத்தில் ஊற வைத்து எடுத்தால் சுத்தி அடையும்.

9. ஓமம் சுத்தி: ஓமத்தைத் தெளிந்த சுண்ணாம்பு நீரில் ஒரு சாமம் ஊற வைத்து உலர்த்தி எடுத்தால் சுத்தி பெறும்.

சூரி (ம. 2, 11)

இது செடி வகையைச் சார்ந்தது. இதனை நத்தைச் சூரி என்றும் கூறுவர். விந்து சூட்டுக் கழிச்சலை நீக்கும். சீதபேதியினைப் போக்கும்.

தான்றிக்காய் (ம. 9)

இந்த மருந்தினால் அனல், ஆண் குறிப் புண், இரத்தப் பித்தம், சிலந்தி விசம், சீழ்மேகம், சுவாசம், பித்தம், மேகவாத வாய்வு, வெப்பு நோய் ஆகிய நோய்கள் மாறும். உடல் ஒளி பெறும்.

தாளிச பத்திரி (ம. 9)

இது ஒரு வாசனையுள்ள பூண்டு. இது சீரண மருந்தாகவும், துவர்ப்புடையதாகவும் இருக்கிறது. வயிற்றுளைச்சலுக்கும், சயரோக நோய்க்கும் இது பயன்படுகின்றது.

திப்பிலி (ம. 5, 6, 14)

திப்பிலியால் அரோசகம், ஆசனநோய், இருமல், இரைப்பு, ஈளை, ஊதை சயப்பிணி. காதுநோய், குளிர், குன்மம், சகலதோசம், சிரப்பிணி, சுரம், தொண்டை நோய், நாசிநோய், பாண்டு, பொருமல், மலப்பெருக்கு, விழிநோய் ஆகிய நோய்கள் குணமாகும். தாது விருத்தி உண்டாகும்.

திப்பிலி மூலம் (96, 97)

திப்பிலியின் வேரினையும் மருந்தாகப் பயன்படுத்துவர். இது இருமல், குரல்கம்மல், சுரம், சோகம், தாகக்கடுப்பு, பித்தம், மேகம் ஆகியவற்றைப் போக்கும்.

திரி ஏலம் (11)

காட்டு ஏலம், சிறு ஏலம், பெரு ஏலம் மூன்றும் திரி ஏலம் எனப் படுகின்றது. இதன் விளக்கம், ஏலம் என்ற தலைப்பில் கூறப் பட்டுள்ளது.

திரிகடுகு (96, 97, 99 ம. 11, 15)

சுக்கு, நல்ல மிளகு, திப்பிலி மூன்றும் திரிகடுகு எனப்படுகிறது. இந்த மூன்றும் கலந்த மருந்தானது இருமல், ஈளை எலும்பு சம்பந்த

மான நோய்கள், பித்தம், தலைநோய், தேள்விசம், நாக்குநோய், பாண்டுநோய், புழுமலம் ஆகிய நோய்களைக் குணப்படுத்தும்.

திரிசாதி (ம. 11, 14)

ஜாதிக்காய், சாதிபத்திரி, கிராம்பு ஆகிய மூன்று மருந்துகளும் திரிசாதி எனப்படுகிறது. இது அஸ்தி சுரம் (எலும்பு காய்ச்சல்), அரோசகம், தேமல் ஆகியவற்றைப் போக்கும்.

திரி சீரகம் (ம. 11)

கருஞ்சீரகம், நற்சீரகம், செஞ்சீரகம் மூன்றும் திரிசீரகம் என்று அழைக்கப்படுகிறது. இவை தவிர சீரகத்தில், காட்டுச்சீரகம், நட்சத்திர சீரகம், அனிசு நற்சீரகம், நாய்ச்சீரகம் என வேறு பல வகைகளும் உள்ளன. மேற்கூறப்பட்ட மூன்று சீரகங்களும் செரியாமை நோய்க்குப் பசியுண்டாக்குகிற சீரண மருந்தாகப் பயன்படுகிறது.

திரிபலம் (ம. 11, 14)

கடுக்காய், தான்றிக்காய், நெல்லிக்காய் மூன்றும் திரிபலம் என வழங்கப்படுகிறது. இவை ஆசனப்புண், இரைப்பு, குஷ்டம், குத்திருமல், குன்மம், கடிவிசம், நரம்பில் உண்டாகும் கட்டி, நாசிநோய், பாண்டு, பிர்மியப்புண், பீலிகம், வயிற்றுவலி ஆகிய நோய்களைப் போக்கும்.

தீத்தைலம் (82)

இதனைத் திரித்தைலம் என்றும், சுடர்த் தைலம் என்றும் கூறுவர். வர்ம பிணி போக்கும் வல்லாரை, வேலிப்பருத்தி, சிவந்த கொடுவேலி ஆகிய மூலிகையினை நன்கு அரைத்து வெள்ளையான சலவைத்துணியில் தோய்க்க வேண்டும். பின் துணியைக் காய வைத்து, திரியாக உருட்டி அத்திரியில் வேப்பெண்ணெய் விட்டு, திரியைக் கொளுத்திக் கீழே வடியும் தைலத்தைச் சிறு பாத்திரத்தில் சேகரிக்க வேண்டும். இந்தத் தைலமே தீத்தைலம் எனப்படுகின்றது. இத் தைலத்தினைத் தொடுவர்மப் பகுதியில் தடவிவர வர்மம் குணமாகும்.

தூதுவளை (ம. 2, 96)

இது தூதுணை, தூதுளை, தூதூளை, தூதளை எனப் பல வாறாக திரிந்து வழங்குகிறது. இதன் வேர், இலை, பூ, துளிர், காய், கனி எல்லாம் மருந்தாகப் பயன்படுகின்றது. இதன் வேரும்

இலைகளும் கசப்பாக இருக்கின்றன. காச நோய்களுக்குச் செய்யப்படும் லேகியத்தில் இதுவும் சேர்க்கப்படுகின்றது. இது காதுமந்தம், காதுவலி, இருமல், நமைச்சல், பெருவயிறு, பசிமந்தம், முக்குற்றம், குத்தல், விந்துக்குறை, மேலிளைப்பு போன்ற நோய்களைக் குணமாக்கும். தூதுவளைக்காய், இலை, பூ, வேர் இவற்றின் தனித்தனிப் பயனைக் காண்போம்.

1. தூதுவளைக் காய்: இது சளிநோய், மிகு பயித்தியம், சுவையின்மை, செந்நீர்ப்பை வாயு, குடல்வாதம், சக்கைக் கட்டு ஆகிய நோய்களைப் போக்கும்.

2. தூதுவளை இலை: இந்த இலையினைக் கீரையாகச் சமைத்துச் சாப்பிட்டால், காது மந்தம், ஈளை, நமைச்சல், பசியாமை, முக்குற்றம், இளைப்பு ஆகிய நோய்கள் மாறும்.

3. தூதுவளைப் பூ: இது விந்தினை விருத்தி செய்யும்.

4. தூதுவளை வேர்: இது பெருமூச்சு, சிலேற்பன நோய்கள் போன்றவற்றினை நீக்கும்.

தென்னம்பூ

இதுவும் மருந்தாகப் பயன்படுகின்றது. இதனை நன்கு இடித்துச் சாறு எடுத்து, மஞ்சள் காமாலை நோயாளிக்குக் கொடுப்பர். ஆரம்ப நிலையில் இருக்கும் மஞ்சள் காமாலை நோய் உடனே குறையும். நாள்பட்ட மஞ்சள் காமாலைக்கு, இந்தச் சாற்றினைத் தொடர்ந்து 10 நாட்கள் குடித்து வந்தால் சுகம் கிடைக்கும். மேலும் இது அகக்கொதிப்பு, அசிர்க்கரநோய், இரத்த பித்தம், மேகவிசம் ஆகிய நோய்களை மாற்றும்.

தேங்காய் (27)

தேங்காய்ப் பால் மருந்துடன் கலந்து கொடுக்கப்படும் அனுபானமாகப் பயன்படுகின்றது. எண்ணெய், தைலம் தயார் செய்வதற்கு இதனையும் கூட சேர்க்கின்றனர். இது தாதுவிருத்தியை உண்டுபண்ணும். இது, கிருமி கரப்பான், பித்தம், வாதம் போன்ற நோய்களை உண்டுபண்ணும்.

தேசி (ம. 11)

எலுமிச்சையே தேசி என்று அழைக்கப்படுகிறது. இதன் விபரம் எலுமிச்சை என்ற தலைப்பின்கீழ்க் கொடுக்கப்பட்டுள்ளது.

தேத்தான் (ம. 9)

தேற்றாங் கொட்டையே தேத்தான் என அழைக்கப்படுகின்றது. இது அகக்கடுப்பு, உள்புண், கண்எரிவு, தீபனம், வெட்டை, வெள்ளை, உடற்சூடு, மிகுமேகம், உள்சூடு, வயிற்றுக்கடுப்பு, நீர் தரிப்பு ஆகிய நோய்களுக்கு மருந்தாகப் பயன்படுகின்றது. ஆனால், இது வயிற்றில் மந்தத்தை உண்டுபண்ணும்.

தேவதாரம் (ம. 10)

செண்பக மரமே, தே வ தா ரு என்று அழைக்கப்படுகிறது. இதனை வண்டு கொல்லிமரம் எனவும் கூறுவர். தேவதாரப் பூவானது எலும்புக் காய்ச்சல், வாதம், பித்தம், மேகம் ஆகிய நோய்களைப் போக்கும். கண்களுக்குக் குளிர்ச்சியைக் கொடுக்கும். தாது விருத்தி உண்டுபண்ணும்.

நல்லெண்ணெய்

எள்ளிலிருந்து எடுக்கப்படும் எ ண் ணெ ய் நல்லெண்ணெய் எனப்படுகிறது. இதுவும் மருந்தாகப் பயன்படுகிறது. மருந்தெண் ணெய்களில் இது கலக்கப்படுகிறது. இது அறிவுத்தெளிவு, மன மகிழ்ச்சி, உடல் திடம் இவற்றைக் கொடுக்கும். கண்ணுக்கும் குளிர்ச்சியைக் கொடுக்கும். உடலினை ஒளிபெறச்செய்யும். மேலும் கண்ணோய், காதுநோய், மண்டை சிவப்பு, ஈளை, புண் ஆகிய நோய்களை நீக்கும். இந்த எண்ணெயைச் சிறுவயது முதல் தலையில் தேய்த்து வராதவர்களுக்கு இந்த எண்ணெய் உடலுக்கு ஒத்துக் கொள்ளாது. பன்றி இறைச்சி, மரச்சீனிக் கிழங்கு அருந்திய பின் இந்த எண்ணெயினைத் தலையில் தேய்க்கக்கூடாது. சன்னி உண்டு பண்ணும்.

நல்லமிளகு (ம. 2, 3, 10)

இது ஒரு சிறந்த மருந்தாகும். மேக வெள்ளைக்கு நல்ல மிள கினைத் தேனில் அரைத்து ஒரு வேளைக்கு 10 கிரெயின் (12 உளுந்து ஒரு கிரெயின்) வீதம் தினந்தோறும் மூன்று வேளை சாப்பிட வேண்டும். படர்தாமரை நோய்க்கு நல்ல மிளகுத்தூள் 2 அவுன்ஸ் எடுத்து 4 அவுன்ஸ் நெய்யில் கலந்து, நன்றாய் அரைத்து, படர்தாமரை நோயுள்ள இடத்தில் தேய்த்துவரச் சுக மாகும். வாந்திபேதிக்கு நல்லமிளகு, காயம், அபின் ஆகியவற்றை 20 கி ரெ யி ன் எடுத்து இடித்து 12 மாத்திரைகளாக உருட்டி 1 மணி நேரத்திற்கு ஒருதரம் கொடுத்தால் சுகம் கிடைக்கும். 7 முதல் 14 வயது வரை உள்ளவர்களுக்குப் பாதி மாத்திரையே கொடுக்க வேண்டும். குளிர் சுரத்திற்கு நல்லமிளகு 4 கிரெயின்,

காயம் 20 கிரெயின், கழச்சிக்கொட்டை பருப்பு 10 கிரெயின் எடுத்து இடித்து 3 மாத்திரை செய்து, சுரம் இல்லாத சமயத்தில் 2 வேளை 2 மாத்திரை வீதம் அருந்த வேண்டும்.

நன்னாரி (ம. 11)

நன்னாரி செடியின் வேர் மருந்தாகப் பயன்படுகின்றது. பெண்களால் உண்டாகும் சூடு, வண்டுகடி விசம், ஜலதோசம், சுரம், தாகம், பித்தம், மேகம் ஆகிய நோய்களுக்கு நன்னாரி வேரினை அரைத்து, கற்றாழைச் சோற்றில் கலந்து உண்டால் மாறிவிடும்.

நன்னாரி வேரைப் பிடுங்கியவுடன் 4 அவுன்ஸ் எடுத்துச் சதைத்து, ஒரு பாட்டில் கொதிக்கிற தண்ணீரில் இட்டு, 2 மணி நேரம் மூடி வைத்துப் பின்பு வடிகட்டவும். பெரியவர்களுக்கு 1 வேளைக்கு 3 அவுன்ஸ் வீதம் 3 வேளையும், குழந்தைகளுக்கு 1 வேளைக்கு 1½ அவுன்ஸ் வீதம் 3 வேளையும் கொடுத்து வந்தால் உடல் பலவீனம் மாறிப் பலப்படும். தேகம் ஆரோக்கியமாகக் காணப்படும். மேகவியாதி, பருக்கள், தோல் நோய், செரியாமை, பசியின்மை, நெடுநாளான வாதம் ஆகிய நோய்களைக் குணமாக்கும். நீர்ச்சுருக்கு, நீர் எரிச்சல் நோய்களுக்கு நன்னாரி வேர்க் கசாயம் செய்து சாப்பிடலாம். நன்னாரி வேர் 5 பலம், நெருஞ்சி வேர், நீர்முள்ளிவேர், சோம்பு, அதிமதுரம், சாஸ்தா பேதி, சந்தனம், வால்மிளகு, தாமரைமொட்டு, ரோஜாமொட்டு, மல்லி, நெல்பொறி வகைக்கு அரைபலம் எடுத்து இடித்து, 2 படி தண்ணீரில் விட்டு அரைபடி ஆகும் வரை காய்ச்சி எடுக்கும் கசாயம் நன்னாரிக் கசாயம் ஆகும்.

நாயுருவி (ம. 11)

இதனை நாவுரிக்கதிர் என்றும் வழங்குவர். இதன் இலை, விதை, வேர் ஆகியவை மருந்தாகப் பயன்படுகின்றன.

1. **நாயுருவி இலை:** இது கபம், தந்திமேகம், பேதி, மந்தம், மூலஉதிரம், வியர்வை ஆகிய நோய்களைப் போக்கும் மருந்தாகப் பயன்படுகிறது.

2. **நாயுருவி விதை:** இதனை இடித்து உண்டால், 8 நாள் வரை பசியே உண்டாகாது.

3. **நாயுருவி வேர்:** நாயுருவி வேரினது சாம்பல் கருவுயிர்த்த உதிரச் சிக்கலைப் போக்கும்.

நெய் (39, ம. 12)

பலவகை நெய்கள் உள்ளன. ஆவின் நெய், வெள்ளாட்டு நெய் ஆகியன மருந்துக்குப் பயன்படுகின்றன. எருமை நெய்யானது நோயினை அதிகப்படுத்தும்.

1. **பசு நெய்:** இது நாவறட்சி, கண்ணோய், வாந்தி, பித்த நோய், நச்சுவாதம், புண்வெள்ளை, வயிற்றெரிவு, பித்த விக்கல் இருமல், வயிற்றுவலி, சினைப்பு, குடல் நெளிவு, எலும்புருக்கிநோய், மூலநோய் ஆகியவற்றை மாற்றும் மருந்தாகப் பயன்படுகிறது.

2. **வெள்ளாட்டு நெய்:** இது சிலேற்பன நோய்கள், வாதம் ஆகிய நோய்களைப் போக்கும். உடலுக்கு உரமுண்டாக்கும். கண்ணொளி உண்டாக்கும். இது பத்தியப் பொருளாகவும் பயன் படுகிறது.

3. **எருமை நெய்:** இது நோயாளியின் நோயை அதிகரிக்கும். அறிவு, அழகு, கண்ணொளி இவற்றைக் குறைக்கும். வாதபித்த குற்றம், கரப்பான் ஆகியவற்றை உண்டாக்கும்.

பகளத்தின் புத்து (ம. 11)

பவளப்புற்று என்ற மருந்தே பகளத்தின் புத்து எனக் குறிக்கப் பட்டுள்ளது. இது விசத்தன்மை நிறைந்த மருந்து. இதனை மருந்தோடு சிறிதளவே கலக்க வேண்டும். இது திருமேனி எண்ணெய் காய்ச்சப் பயன்படுத்தப்படுகின்றது.

பச்சைக் கற்பூரம் (ம. 13)

பச்சைக் கற்பூரம் செய்யும் விதம் மருந்துப் பகுதியில் கூறப் பட்டுள்ளது. இது எட்டு வகையான குன்மங்கள், கீல்குத்தல், வாதநோய், சீழ்வெள்ளை, மிகுதியான சிலேற்பன நோய்கள் போன்றவற்றைக் குணப்படுத்தும்.

பஞ்சதாரை (ம. 1, 3, 6)

சீனியே பஞ்சதாரை எனப்படுகின்றது. கசப்பான மருந்துகள் குடிக்கும்போது வாந்தி ஏற்படாமல் இருப்பதற்காக, வாயில் இனிப்பு சுவை உண்டாக்கப் பஞ்சதாரையைக் கொடுக்கின்றனர்.

பலம் (ம. 9, 15)

இது ஓர் அளவுப் பெயர். 10 விராகன் சேர்ந்தது ஒரு பலம் ஆகும். அதாவது 320 குன்றி மணி அளவுள்ள எடை பலம் எனப் படுகிறது.

பால் (27)

பாலில் பலவகை உண்டு. ஆவின் பால் தலைப்பில், அதுபற்றிய விளக்கம் உள்ளது. கஞ்சித்தண்ணீரையும் அன்னப்பால் எனக் கூறுகின்றனர். இதன் விளக்கம் கஞ்சி என்ற தலைப்பில் கூறப் பட்டுள்ளது. வேறு சில பால் பற்றிய செய்திகளைக் காண்போம்.

1. **யானைப் பால்:** இது மிகுவாதம் நீக்கும். விந்தினைப் பெருக்கும். உடலுக்கு மிகுந்த வலிமையைக் கொடுக்கும். உடல் அழகை உண்டாக்கும்.

2. **வெள்ளாட்டுப் பால்:** வாதபித்தம், உயிர்ப்பு நோய் (நெட்டுயிர்த்தல்), சளி, சீதபேதி, புண், வாதவீக்கம் ஆகியவற்றை நீக்கும். பசியை உண்டாக்கும்.

3. **செம்மறியாட்டுப் பால்:** இது சிலேற்பன நோய், பித்தம், வயிற்றுப் பொருமல், மேல்மூச்சு இவற்றை உண்டாக்கும்.

4. **கழுதைப் பால்:** இது மிகு இனிப்பு, வாதநோய், கரப்பான், புண், மேகத்தடிப்பு, கட்டி, ஒட்டுப்புண், சொறி, சீள்வெள்ளை, சிரங்கு, கருமேகம், மிகுபித்தம், வெறிமயக்கம், சளி நோய் ஆகியவற்றைப் போக்கும்.

5. **ஒட்டகப் பால்:** இது பசிமந்தம், வாதசூலை, பல்வகைக் கரப்பான், செவிடு, மிகு இருமல், இரைப்பு நீக்கும்.

6. **எருமைப் பால்:** திமிர்வாதம் உண்டாகும். அறிவுக் கூர்மையைக் குறைக்கும். மருந்துகளின் குணத்தைக் கெடுக்கும்.

புளி (98, ம. 7)

இது பத்தியத்திற்கு ஆகாத பொருள். சித்த மருத்துவ மருந்து களைக் குடித்து வரும்போது உணவில் புளி சேர்க்கவே கூடாது.

மஞ்சள் (10)

இது கிருமிநாசினியாகும். இதில் கஸ்தூரி மஞ்சள், மரமஞ்சள் என இரு வகைகள் உள்ளன.

1. **கஸ்தூரி மஞ்சள்:** இதன் கசாயம் நீர்க்கட்டு, பிள்ளைப் பேறு மணிக்குடல் கட்டு முதலிய நோய்களுக்குக் கொடுக்கப் படுகிறது.

2. **மரமஞ்சள்:** இது கணச்சுரம், கணமூலம், சுரம், சுவாச நோய் ஆகியவற்றைக் குணப்படுத்தும்.

மல்லி (ம. 5)

கொத்தமல்லியே 'மல்லி' எனப்படுகிறது. இது சீரண சக்தி அளிக்கும் மருந்தாகையால் சமையலில் தினமும் பயன்படுத்தப் படுகிறது. கொத்தமல்லிக் கீரையும், கொத்தமல்லி விதையும் பயன் படுத்தப்படுகின்றன.

மல்லிக் கீரை

இது அரோசகம், எல்லாவிதமான பித்த சுரம் ஆகிய நோய் களைப் போக்கும். போகமுண்டாக்கும்.

மல்லி விதை

இது காய்ச்சல், குளிர், வாந்தி, சிலேத்துமம், தாகம், தாது நஷ்டம், பித்தம், மந்தம், வாந்தி, விகாரம், விக்கல், விரணம், வெப்பு போன்ற நோய்களைப் போக்குகின்றது.

முக்கூட்டெண்ணெய் (95)

நல்லெண்ணெய், ஆமணக்கு எண்ணெய், பசுநெய் ஆகிய மூன்றும் சேர்ந்த எண்ணெய் முக்கூட்டெண்ணெய் எனப்படுகிறது. இது வாதம், பித்தம், சிலேற்பனம் ஆகிய நோய்களைப் போக்கும்.

முருங்கையிலைச் சோறு (ம. 15)

வர்மப் பகுதிகளில் அடிபட்டவர்கள், இளக்கப்பட்ட பின்பு, 40 நாட்கள் முருங்கையிலை கலந்த சோற்றினை உண்ண வேண்டும். இது கட்டாய பத்தியம், மீறக்கூடாது.

முழுகுதல் (ம. 7)

உடலை ஆரோக்கியமாக வைத்துக் கொள்ள நீராடுதல் மிகவும் அவசியம்.

1. தைலம், எண்ணெய் தேய்த்து நீராடல்

வர்ம சம்பந்தமான இடங்களில் அடிபட்டு வர்மம் இளக்கப் பட்டவர்கள், வர்ம வைத்தியர்கள் கூறும் தைலத்தையோ, எண் ணெயையோ (இவை மருந்துப் பகுதியில் கூறப்பட்டுள்ளன) தலை, உடம்பு, உள்ளங்கால் ஆகிய இடங்களில் போட்டு, சூடு உண்டாகு

மாறு நன்கு தேய்த்துவிட வேண்டும். பின் அரை மணி நேரம் கழித்து வெந்நீரில், எண்ணெய்ப் பசை நீங்கும் அளவில் சிகைக்காய் தேய்த்துக் குளிக்கவேண்டும். தலையில் தண்ணீர் சிறிது கூட இல்லாத அளவு உலர்த்த வேண்டும். இவ்வாறு காலை மாலை இரு வேளைகளிலும், 41 நாட்கள் குளித்து வருதல் அவசியம்.

முறிவெண்ணெய் (69)

எலும்பு முறிவு, சதைமுறிவு ஏற்பட்டால் முறிவெண்ணெய் என்றதொரு எண்ணெயினை, மெல்லிய வெள்ளைத் துணியில் தோய்த்து முறிவு இடத்தில் கட்டுப்போட்டு, எண்ணெயை விட்டுவர வேண்டும். முறிவு மாறிச் சுகம் ஏற்படும். முறிவெண்ணெய் செய்யும் முறையைக் கீழே காண்போம்.

''செய்வதற்கு இன்னுமொரு எண்ணெய் கேளு
செகத்திலுள்ள மானிடர்க்கு முறிவு தேற
கைவசமாய் ஆலம்பால் நாழி கூட்டு
கடிதான வெள்ளுத்தி சதைதான் நாழி
வையகத்தோர் பிழைப்பதற்குச் சிவதை வெப்பால்
வகையாக வெண்பிசினும் வேலித்தோலும்
கைமுறையாய் நல்லெண்ணெய் சீராய் சேர்த்துக்
காய்த்திட்டால் முறிவெண்ணெய் ஆகுந் தானே''

இந்தப் பாடலில் முறிவெண்ணெய் பற்றிக் கூறப்பட்டுள்ளது. அரைப்படி ஆலம்பால்; அரைப்படி கள்ளியில் இருக்கின்ற நத்தை சதை எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். கருஞ்சிவதை (காரமும் கசப்புமுள்ள கடைமருந்து), வெப்பால் அரிசி, வெண்பிசின் கொடு வேலித்தோல் ஆகியவற்றை எடுத்து நன்கு இடித்துக் கொள்ள வேண்டும். பின் மேற்கூறப்பட்ட மருந்துப் பொருட்களோடு அரைப்படி நல்லெண்ணெய் விட்டு நன்றாகக் காய்ச்சி இறக்கி எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். இதுவே முறிவெண்ணெய் ஆகும்.

மேதை (ம. 11)

பொற்றலை கையாந்தகரை என்ற மூலிகையே மேதை என்று அழைக்கப்படுகின்றது. இது சோபை (சோவை), நீரிழிவு, பாண்டு நோய், பித்தம் ஆகிய நோய்களுக்கு மருந்தாகப் பயன்படுகிறது.

மேனி (ம. 11)

குப்பைமேனி என்ற மூலிகையே மேனி என்று அழைக்கப் படுகின்றது. இது தீ பட்ட புண் காயத்தினை ஆற்றும். மேலும் வயிற்றுவலி, வாதநோய், செந்நீர்மூலம், நமைச்சல், குத்தல், பலநஞ்சு, இரைப்பு, மூக்குஒழுக்கு, சளிநோய் ஆகியவற்றைப் போக்குகின்றது.

மொசு மொசுக்கை (ம. 11)

இதனை முசுமுசுக்கை எனவும் அழைப்பர். இது செடிவகையைச் சார்ந்தது. இதன் இலை, வேர் ஆகியவை மருந்தாகப் பயன்படுகின்றன.

முசுமுசுக்கை இலை

இது இருமல், ஈளை, குன்மம், நீர்தோசம் (ஜலதோசம்) புகைச்சல் (தொண்டை புகைச்சல்) பித்தம் ஆகிய நோய்களைப் போக்கும்.

முசுமுசுக்கை வேர்

இது சளி, பித்தம், புகைவிசம், சிறுவிசம், பெருவிசம், மந்தம், வயிற்றுநோய், வாந்தி ஆகிய நோய்களைப் போக்குகின்றது.

மொடக்கொத்தான் (ம. 4)

இது முடக்கற்றான் என வழங்கப்படுகின்றது. இதன் வேர் பேதி மருந்தாகப் பயன்படுகிறது. இதன் கசாயத்தால் குடல் சுத்தி ஆகின்றது. பித்த நோய் மாறுகின்றது. மேலும் இது சயரோகம், சுவாச காசம் ஆகிய நோய்களுக்கும் கொடுக்கப் படுகிறது. இதுமட்டுமல்லாமல், கீல்பிடிப்பு, சினைப்பு, சிரங்கு, சீதம், நமைச்சல், உட்சூடு ஆகிய நோய்களையும் நீக்கும். உணவில் மணமுண்டாக்கும்.

வசவெண்ணெய் (83)

இது பற்றிய விளக்கம் மருந்துப் பகுதியில் கூறப்பட்டுள்ளது.

வால் மிளகு (ம. 3, 4, 5, 6, 9, 10)

இது மிளகு வகையில் ஒன்றாகும். இது சிறந்த மருந்தாகப் பயன்படுகிறது; இது முக்குற்றம், குன்மம், நா வறட்சி, வெட்டை (மேகவெட்டை), சீதம், தாகம், பல்நோய், வயிற்றுவலி, வாத

பித்தம் ஆகிய நோய்களைப் போக்கும். மேலும் இது சீரண சக்தியுடையது ஆகையால், உணவைச் செரிக்கச் செய்து பசி யுண்டாக்கும்.

விசமுட்டித் தைலம்

இத்தைலம் சென்னையிலுள்ள அடையாறு, இந்திய மருந்து கள் தயாரிக்கும் நிறுவனத்தில் தயாரிக்கப்படுகின்றது. இந்த மருந்தினால் நாள்பட்ட கால்முடக்கு, தீராத சூலை, குஷ்டம், சகலவிதமான விஷக்கடிகள், பில்லி சூனியம் ஆகியவை போகும். இந்த மருந்தில் எட்டிக் கொட்டை என்ற விசப் பொருள் சேரும். எனவேதான் இதற்கு விசமுட்டித் தைலம் என்ற பெயர் வந்தது. இதனை உள்ளுக்கும் குடிக்கலாம், வெளியிலும் பூசலாம். இதனை அருந்தி வரும்போது மருத்துவரின் ஆலோசனைப்படி பத்தியம் தவறாது நடக்க வேண்டும்.

வித்துத் தேங்காய் நெய் (ம. 14)

விதைத் தேங்காயே வித்துத் தேங்காய் எனப்படுகின்றது. விதைத் தேங்காயினை எடுத்து, சிறு பூவாகத் துருவி, தேங்காய்ப் பால் பிழிந்து தயாரிக்கப்படும் நெய்யே வித்துத் தேங்காய் நெய் எனப்படுகின்றது. இது சிரங்கு, தீப்பட்ட புண், படர் தாமரை, பல்நோய் ஆகிய நோய்களைப் போக்கும். தலைமயிரை நன்கு வளர்க்கும். இது மருந்து எண்ணெய்களிலும் பயன்படுத்தப் படுகிறது.

விராகன் எடை (ம. 9)

இது ஒரு நிறுத்தல் அளவைப் பெயர். 32 குன்றிமணி எடை சேர்ந்தது 1 விராகன் எடை எனப்படுகின்றது. மருந்துகள் அளவில் இந்த எடை மிகப் பயன்படும்.

வில்வம் (99, ம. 1, 8, 9, 10, 12)

இது மரவகையைச் சேர்ந்தது. சிவன் கோயில் பகுதிகளில் அதிகமாக வளர்க்கப்படுகின்றது. இதன் காய் பச்சை நிறத்தில் உருண்டையாகக் காணப்படும். இது மிகச் சிறந்த மருந்தாகப் பயன்படுகிறது. இதன் இலை, பூ, காய், வேர் அனைத்தும் மருந்தாகப் பயன்படுத்தப்படுகின்றன. இது பொதுவாக, சளி, சோபை, நா வறட்சி, நீர்க்கோவை, ஐவாதம், உடற்கடுப்பு, பசிமந்தம், சுவையின்மை, வெப்பக்கழிச்சல், விக்கல், பித்தக்

காய்ச்சல், வாந்தி, உடல்வறட்சி ஆகிய நோய்களை நீக்குகிறது. உடல் வளர்ச்சியும், அழகும் உண்டாக்குகிறது.

1. **வில்வ வேர்:** இது அக்கினி மாந்தம், அதிசாரம், ரோசி, கபம், குன்மம், வாயு, சன்னி, சுட்க நோய், சோபை, தாகச்சுரம், நீரேற்றம், பித்தம், பித்தசுரம், வலி, வாந்தி, விக்கல் ஆகிய நோய் களைக் குணப்படுத்தும். மேலும் உடலை அழகுடனும், வலிமை யுடனும் வைத்துக்கொள்ள இது பயன்படுகிறது.

2. **வில்வப் பிஞ்சு:** இது குன்மத்தைப் போக்கும். மேலும் சுரம், பித்தம், வாதசன்னி ஆகிய நோய்களைப் போக்கும்.

3. **வில்வத் தளிர்:** இது நீர்மேக நோயைப் போக்கும்.

4. **வில்வப் பூ:** இது மந்தத்தைப் போக்கும்.

5. **வில்வப் பழம்:** இது கண்ணின் பார்வை குன்றிய நிலையைப் போக்கும்.

6. **வில்வப் பிசின்:** இது விந்துக் குறைவினை நீக்கும்.

வெங்காரம் (ம. 9)

இது ஒரு சிறந்த மருந்தாகப் பயன்படுகிறது. இது அஷ்ட குன்மம், சிலேற்பன நோய்கள், இரத்தமூலம், கல்லடைப்பு, கிராணி, குய்ய கிரிச்சுரம், கிருமித்தொல்லை, சன்னி, சர்ப்ப விஷம், நீரடைப்பு, வாய்வு, ஜலப்பிணி போன்ற நோய்களுக்கு மருந்தாகப் பயன்படுகிறது.

வெடியுப்பு (ம. 13)

இதுவும் சிறந்த மருந்தாகப் பயன்படுகிறது. இது அதப்பு, அருகல், சூதகவாயு, நீர்க்கட்டு, மலக்கட்டு, மாதர் உதிரக்கட்டு, வாதவலி ஆகிய நோய்களை நீக்கப் பயன்படுகிறது. மேலும் இது எட்டு வகையான குன்மங்களையும் போக்குகிறது.

வெட்டி வேர் (ம. 9)

இது அனல், இரத்தப்பித்தம், கழுத்துநோய், காமாலை, குஷ்டம், சுக்கிலநஷ்டம், சுரம், சோபசுரம், தலைநோய், தாபம், தீயால் வெந்த புண், நரம்பிலெழுங்கட்டி, நேத்திரரோகம், பித்தத் தாலுண்டான தாகம், முலைச்சிலந்தி, மூர்ச்சை, மேகக்கட்டி ஆகிய நோய்களை நீக்கப் பயன்படுகிறது.

வெண்ணெய் (74)

இதுவும் ஒரு சிறந்த மருந்தாகப் பயன்படுகிறது.

1. **பசு வெண்ணெய்:** கண்ணோய், கண்ணெரிச்சல், பீளை, பல்மேகம் போக்கும். பசியை உண்டாக்கும்.

2. **வெள்ளாட்டு வெண்ணெய்:** காய்ச்சல், பித்தம், கரப்பான் நீக்கும். பசியை உண்டாக்கும்.

3. **ஒட்டக வெண்ணெய்:** சிறுநீர்ப் பெருக்கு, மிகுபித்தம் ஆகியவற்றை நீக்கும்; வாதநோய், மந்தம் உண்டாக்கும்; அழகைக் கொடுக்கும்.

4. **எருமை வெண்ணெய்:** சொட்டுச் சிறுநீர், பசியாமை, வாதநோய், சளி, கரப்பான், கலப்பு நோய்களை உண்டாக்கும்.

வெற்றிலை (29)

இதனைச் சுர மருந்தாக மருத்துவர்கள் பயன்படுத்துகிறார்கள். வர்மத்தில் அடிபட்டவர்களுக்கு, சுக்குடன் வெற்றிலையும் சேர்த்துச் சவைத்துக் காது, செவித்துவாரங்களில் ஊதுவார்கள். மேலும் இது குழந்தைகளின் செரியாமை நோய்க்குக் கொடுக்கப் படுகிறது. இதனோடு கஸ்தூரியையும் சேர்த்துக் கர்ப்பவலி, கர்ப்ப சூலை, கர்ப்ப வாயு ஆகியவற்றிற்கும் கொடுக்கப்படுகிறது. மேலும் இது சளி, சிலேற்பன நோய், காணாக்கடி, முக்குற்றம் ஆகிய நோய் களையும் தீர்க்கப் பயன்படுகிறது.

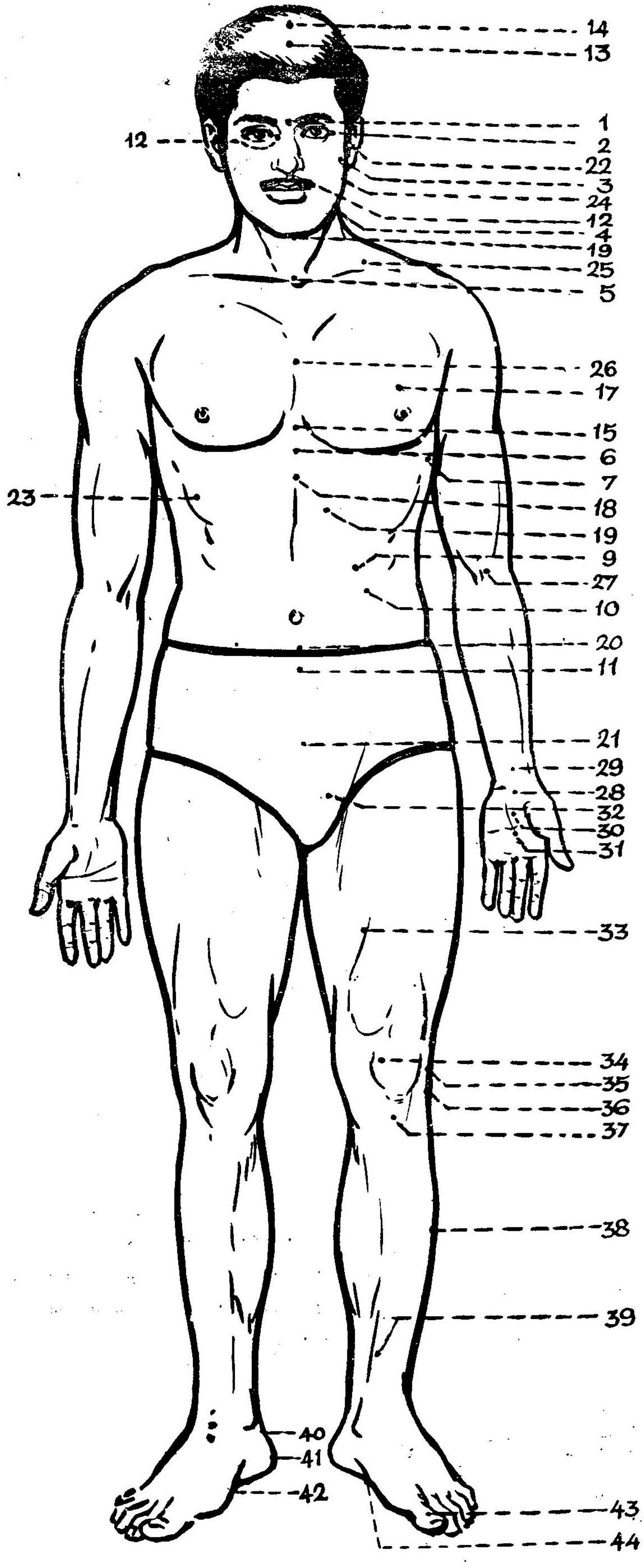
வெற்றிலையில் கம்மாறு வெற்றிலை என்று ஒரு வகை வெற்றிலையும் உண்டு. இது தலைப்பளு, நீரேற்றம், சன்னி, பசிமந்தம், தொண்டைக்கம்மல், வயிற்றுவலி ஆகிய நோய்களைப் போக்குகிறது.

வெந்தயம் (99)

இது சூட்டினைத் தணிக்கும் ஒரு சிறந்த மருந்து. அதோடு அஸ்திச் சுரம், இருமல், கணம், எரிவு, கபம், சீதக்கழிச்சல், தாகம், மேகம், பித்தம், கணைக்காய்ச்சல், ஆகிய நோய்களை நீக்குகிறது. உடலைக் குளிர்ச்சியுடன் வைத்துக் கொள்ள உதவுகிறது.

வெந்தயக் கீரை: இது கபம், பொருமல், மந்தம், வாயு, ருசியற்ற தன்மை ஆகியவற்றைப் போக்குகிறது.

உடலின் முன் பக்கத்தில் அமைந்துள்ள வர்மங்கள்



வர்மத்தின் பெயர்கள்

1. திலர்த காலம்
2. நட்சத்திர காலம்
3. செவிக்குத்திக் காலம்
4. உறக்கக் காலம்
5. தும்மிக் காலம்
6. நேர் வர்மம்
7. அடப்பக்காலம்
8. உறுமிக் காலம்
9. வலிய அத்திச் சுருக்கிக் காலம்
10. சிறிய அத்திச் சுருக்கிக் காலம்
11. கல்லடைக் காலம்
12. கண்ணாடிக் காலம்
13. கொண்ட கொல்லி
14. மூளை வர்மம்
15. கூம்பு வர்மம்
16. கதிர் வர்மம்
17. எட்டுமுக வர்மம்
18. மேல் சங்குதிரி வர்மம்
19. முண்டெல்லு வர்மம்
20. மூத்திர காலம்
21. வித்து வர்மம்
22. குருந்து குத்தி வர்மம்
23. காரீரல் வர்மம்
24. அலவாடி வர்மம்
25. விலங்கு வர்மம்
26. சுளுக்கு வர்மம்
27. கை முட்டு வர்மம்
28. மொழியின் வர்மம்
29. மணிபந்த வர்மம்
30. துதிக்கை வர்மம்
31. சொர்ணதெட்சணையின் காலம்
32. பதக்கால் வர்மம்
33. துண்டு வர்மம்
34. கால் முட்டு வர்மம்
35. பக்க வர்மம்
36. கண்ணு வர்மம்
37. நாய்த் தலை வர்மம்
38. குதிரை முக வர்மம்
39. கொம்பேறி வர்மம்
40. கோணச் சன்னி
41. பாதச் சக்கரம்
42. திட வர்மம்
43. பூழிக் காலம்
44. அடங்கல் வர்மம்

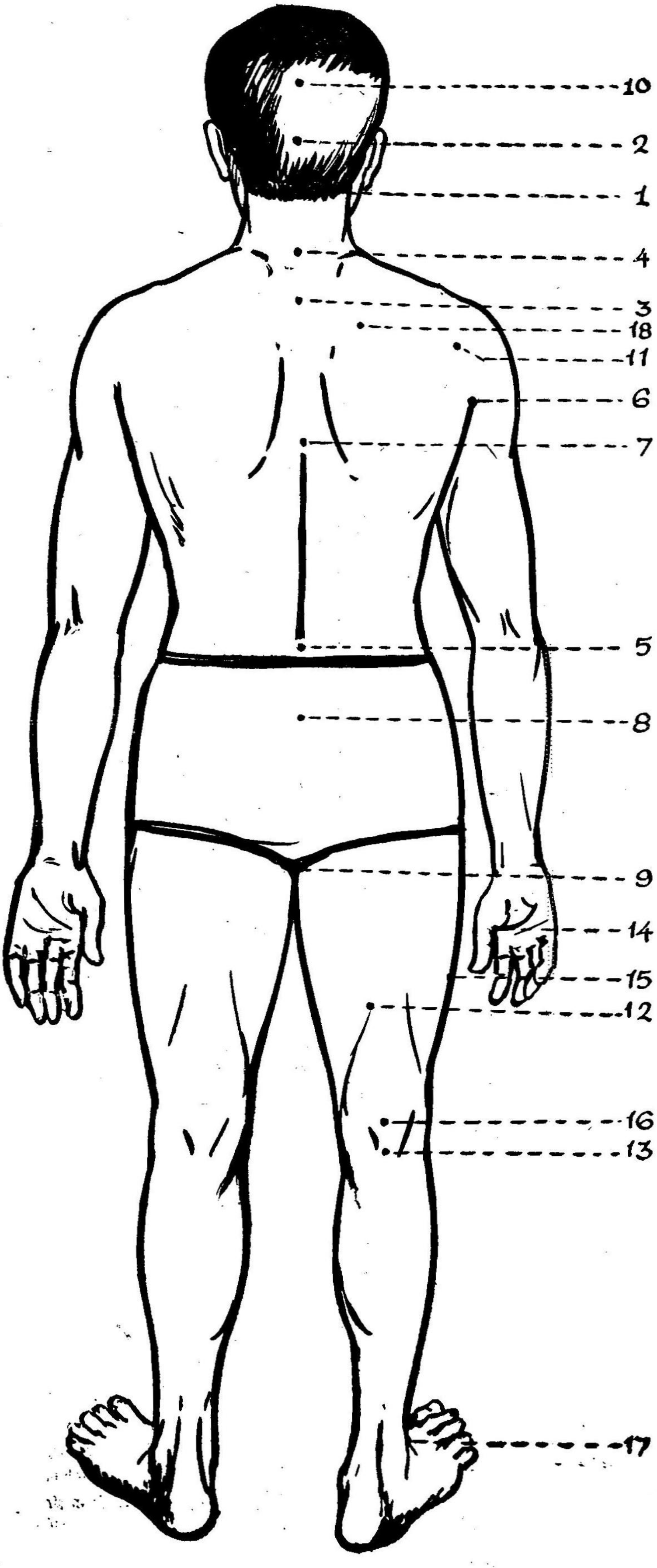
குறிப்பு :

(1) முதல் 11 வர்மங்களும் படு வர்மப் பகுதிகளாகும். ஏனையவை தொடு வர்மப் பகுதிகளாகும்.

(2) '12' என்ற எண் இரு இடத்தில் குறிக்கப்பெற்றுள்ளது, காரணம், இவ்வர்மப் பகுதியை, வைத்தியர்கள் இவ்விரு இடங்களிலும் குறிப்பிடுகின்றனர்.

(3) இப்படத்தில் மனித உடலில் இடப்பக்கத்தில் வர்மங்கள் சுட்டப்பட்டுள்ளன. இதுபோன்றே வலப்பக்கத்திலும் வர்மங்கள் உள்ளன.

உடலின் பின் பக்கத்தில் அமைந்துள்ள வர்மங்கள்



வர்மத்தின் பெயர்கள்

1. பிடரி வர்மம்
2. ஆதி வர்மம்
3. பொற்சை காலம்
4. மேல் சுளியாடி வர்மம்
5. கீழ் சுளியாடி வர்மம்
6. கர கூட்டு வர்மம்
7. மைய வர்மம்
8. கீழ் சங்குதிரி காலம்
9. அண்ட காலம்
10. பூண்டெல் வர்மம்
11. புய வர்மம்
12. ஆமை காலம்
13. அசகுதிரி வர்மம்
14. கவளிக் காலம்
15. நொடி வர்மம்
16. குளிர்ச்சி வர்மம்
17. முடிச்சு வர்மம்
18. பெயர் கூறப்படா வர்மம்

குறிப்பு :

(1) 1 என்று குறிப்பிடப்பட்டுள்ள வர்மம் படுவர்மத்தைச் சேர்ந்தது. ஏனைய வர்மங்கள் தொடுவர்மத்தைச் சேர்ந்தவை.

(2) இங்கு மனித உடலில் வலப் பக்கத்தில, வர்மங்கள்: சுட்டப் பட்டுள்ளன. இது போன்றே இடப்பக்கத்திலும் வர்மங்கள் உள்ளன.

அருஞ் சொற்கள் வரிசை

(எண் — பாட்டு எண்; ம. எண்—மருந்துப் பகுதி எண்)

அகத்தியனார் 87
அக்கரா ம. 1, 3, 4, 5, 6, 14
அக்கினி ம. 5
அசாத்தியம் 62, 76
அச்சரம் 7, 33
அச்சுதன் 87
அச்சுவாரி தைலம் 53
அஞ்செழுத்து 7
அடக்கக் காலம் 21, 34, 36, 86, 92, 94
அடவு 21, 44
அடி 11, 14, 17, 19,24, 29, 36
அடுப்பு ம. 15
அண்டகாலம் 57
அண்டம் 20
அண்டவாயு ம. 14
அண்டைக்கட்டு 31
அதிமதுரம் 97, 99, ம. 10
அதிரம் ம. 2
அத்தி ம. 15
அத்தி நரம்பு 94
அபானம் 57
அபினி ம. 11
அமுக்கிரா ம. 1, 3, 6, 10
அரத்தை ம. 2, 5, 14
அரன் 87
அரிசி 13, 27
அருகன் ம. 10
அருகன்வேர் 97, ம. 1, 3
அலவாடும் சன்னி ம. 11
அலவாடி 63
அலவு 63
அழுஞ்சு 99
அறுவகை அரிசி ம. 15
அனப்பு ம. 7.
அனலடுப்பு ம. 11
அனல் ம. 15
அனுபானம் ம. 12
அனுமார் 7, 90
அன்னப்பால் 10, 13, 15, 18, 19, 22, 24, 29
அன்னம் 51
ஆடாதோடை ம. 6, 10
ஆடாதோடை வேர் ம. 3
ஆடுதீண்டாப்பாளை ம. 12
ஆதி 1
ஆமணக்கிலை ம. 15
ஆமணக்கெண்ணெய் ம. 12
ஆமைக் காலம் 77
ஆயாசம் ம. 11
ஆலமுண்டகண்டர் 37
ஆல் 98
ஆவரம் பட்டை ம. 10
ஆவின் நெய் ம. 9
ஆவின் பால் ம. 9, 12
ஆழியா ம. 3, 14
ஆனந்தக்களிப்பு ம. 9
இசங்கு 98.
இச்சாபத்தியம் ம. 14
இஞ்சி 22, ம. 5
இட வலம் 19
இடியடி 40
இடை வட்டம் ம. 9
இம்பூரல் ம. 9.
இரத்தம் 20, 57, 84
இரத்த மயம் 67
இரவி 48
இருக்கை 75

இருநேரம் ம. 9
இருபத்து மூன்று 12
இருபத்தேழு 23, 28
இருபொழுது ம. 9
இருமல் 43, 44, 83, 98, ம. 9
இலைச்சாறு ம. 12
இளக்குமுறை 15, 17, 26
இளநீர் கசாயம் 74
இளநீர் ம. 4
இளைப்பு ம. 9
இறை 10
ஈடு ரோகம் 101, ம. 6
ஈருள்ளி 97
ஈளை 98, 101
உச்சி வர்மம் ம. 11
உடல் 17, 20
உணர்ச்சி 17
உண்டை ம. 15
உந்தி 54
உப்பு 98
உமை 87
உரல் ம. 15
உரி ம. 15
உருகி ஆடுதல் ம. 12
உழக்கு ம. 3, 4
உழிஞை 96, 97, ம. 4, 6
உழிஞைவேர் ம. 3, 10
உழைச்சல் 51, 52, 84
உள் வர்மம் 61, 100
உறக்கம் 17
உறக்கக் காலம் 16
உறுப்பு சத்தி 93
உறுமி 23
எட்டு முக வர்மம் 47
எண்ணெய் 39, 42, 44
எமன் 38
எலுமிச்சை ம. 11
எலுமிச்சம் பழச்சாறு ம. 10
லும்புருக்கி ம. 9
எல்லுக்குழி 44
எழுத்தாணி பச்சிலை ம. 12
எழுத்தீராயிரம் 6, 94
ஏங்கிழைப்பு 98
ஏமம் ம. 9
ஏலம் 18, 99, ம. 1,5,6,9
ஐங்கோலம் 33
ஐநாழி ம. 1
ஒடி முறிவு 50, 94
ஒத்தல் 42, 95
ஒழுகு தீ ம, 13
ஒன்பது சுவடு 91
ஓங்காரம் 33
ஓமம் 99
ஒவியம் 3
கசாயம் 56, 57, 80, 95, ம. 1, 4, 7, 8
கச்சோலம் ம. 9, 13
கஞ்சி 95
கடச்சால் 36
கடலாடி 97
கடாட்சம் ம. 2
கடுகு ம. 15
கடைக்கண் 10
கடைச்சரக்கு ம. 9
கட்டல் 95
கணபதி 1
கண் 10, 18, 30
கண்டம் 15, 31, 42, 93
கண்டங்கத்திரி ம. 2, 6, 10
கண்ணுவர்மம் 78
கத்தாழை ம. 12
கத்தாயின்சாறு ம. 10
கத்தூரி மஞ்சள் ம. 9
கபம் 46, 61, 73, 83
கமலம் 13, 15
கரம் 67
கரண்டி 7
கருஞ்சீரகம் 75, ம. 3

கருஞ்சூரை ம. 11
கருப்புக் கட்டித்தேன் ம. 14
கருமுனி தலை ம. 15
கருமுனி தைலம் ம. 15
கருமுனி மகள் ம. 15
கருவாடு ம. 15
கர்மம் 38
கர்ம வினை ம. 9
கலங்கொம்பு ம. 9
கல்லடைக்காலம் 30
கவளிக்காலம் 74
கழுத்து 93
கழுத்தடி 64
களஞ்சு 100, ம. 1, 4, 11
கறியுப்பு 15, 27, ம. 12
காசம் 98, ம. 6, 9
காசங்கள் ம. 9
காசு எடை ம. 12
காச்சல் 25
காதுசிறுதண்டு 12
காரம் ம. 9
காரீரல் வர்மம் 62
காரை 65
கார்கோலம் ம. 11
காலம் 7, 10, 14, 42
காலமுச்சி 38
காலெலும்பு 93
கால்படி ம. 11
கால்முடங்கல் 52
கிரிசாத்து ம 7, 9, 10
கிரிசாத்து கசாயம் 59
கிரிச்சனம் 55
கிருதம் 39
கிழாயம் 101
கிழி 95
குகை ம. 12
குக்கில் ம. 3, 14
குங்குமப்பூ 100, ம. 9
குடவெப்பால் ம. 9
குடல் 54, ம. 15
குணம் 12
குதிரை முகவர்மம் 79
குத்து ம. 11
குந்திரிக்காய் ம. 11
குமாரர் 38
குரு 50
குருதைலம் 80
குருந்துகுத்தி 61
குருபரம் 82
குருபரன் 7, 13
குருமுடிப்பு 35, 88
குருமுறை 39
குருவின் அடி 38
குருவின் பாதம் 37
குழம்பு 39
குழி 10, 18
குழிகை 101
குழியம்மி 100
குளிர் சுரம் 53
குளிர்ச்சி வர்மம் 78
குளி நரம்பு 66
குறிகண்டு இளக்குதல் 27
குறுக்கல் ம. 7
குறுந்தொட்டி ம. 1, 3, 7, 8, 10, 12
குறுத்தெலும்பு 93
குறுத்தொட்டிவேர் ம. 1, 4, 15
குறுந்தொட்டி தோல் ம. 8
குன்மம் ம. 9
குன்றிவேர் 97
குன்றுதாங்கி மூலி 89
கூம்பு 20, 46
கெந்தகநாற்றம் 60
கேசாதி பாதம் 94
கைபாகம் 1, 3, 8, 27, 50
கைபுட்டி எல் 43
கைமுறை 39, 95
கையடக்கம் 37

கையாந்தரை ம. 11
கையெலும்பு 93
கைவெள்ளை 75
கொட்டம் 99, ம. 7, 8, 9, 14
கொப்புள் 54
கொம்பரக்கு 100, ம. 14
கொம்பேறி வர்மம் 80
கொளுஞ்சி 90
கோணச்சன்னி ம. 11
கோண எலும்பு 48
கோணச்சன்னி வர்மம் 81
கோபம் 7
கோரோசனை 100, ம. 5, 10, 11
சங்குதிரி 52
சங்கெலும்பு ம. 15
சஞ்சீவியின் சாறு ம. 11
சடமாஞ்சி ம. 1, 3, 4, 6, 10
சட்டி ம. 9, 13
சண்டாளர் 4, 47
சத்தம் 30
சந்தனம் ம. 1, 6, 7, 10, 11, 14
சந்திப்பு ம. 9
சயநோய் 45
சயராதியெண்ணெய் 59
சயரோகம் 51
சரீரம் 21, 24, 81
சலம் (ஜலம்) ம. 2
சவைத்தநீர் 100
சன்னி 73, 80, 81, ம. 11
சாதிக்காய் ம. 9
சாதிலிங்கம் ம. 15
சாமம் 100
சாமியரிசி பால் 12
சாம்பிராணி ம. 10, 13
சாபம் தீர்த்து 8
சாரணைவேர் ம. 1
சிங்கி 99
சித்தர் 39, 58
சித்திரத்தை ம. 1, 3, 6
சித்தர்முட்டி 96
சிரசு வட்டம் 41
சிரசு 93
சிவன் 1
சிவன் வேம்புத்தைலம் 75
சிவபூஜை ம. 11
சிவயோகி 4
சிறுசின்னிவேர் ம. 1
சிறுசுளிடை ம. 1
சிறிய அத்திச் சுருக்கிக்காலம் 28
சீடன் 3
சீதம் 73
சீமைக்கருவப்பட்டை ம. 14
சீரகம் 97, ம. 5, 7, 9, 14
சீலைவடி ம. 6
சீளி 71, ம. 5
சீனப்பா ம. 15
சீனக்காரம் ம. 13
சுக்கு 9, 10, 12, 24, 29, 60, ம. 2, 3, 5, 9
சுத்தி செய்தல் ம. 3
சுண்டைக்காயளவு ம. 14
சுரம் 48
சுருக்கிக் காலம் 25
சுவாசம் ம. 6
சுளி (சுழி) 45
சுளியாடி 43, 58, 59
சுளியாடிவர்மம் 41, 44
சூடம் 99, ம. 10, 13
சூடுபிடித்தல் ம. 1
சூட்சம் 1, 41
சூரியிலை ம. 11
சூரிவேர்கள் ம. 2
சூலை ம. 15
சூல்முனை 33
செகம் 4
செஞ்சந்தனம் ம. 1, 10, 14
செந்தெங்கு ம. 4
செந்தெங்கு கசாயம் 53

செம்பகப்பூ ம. 9
செய்குறிகள் 22
செய்பாகம் 34
செய்முறை 95
செவி 9, 19
செவிக்குத்திக்காலம் 12
செறுமுடி ம. 15
சொர்ணதெட்சணையின் காலம் 73
சோரை 44, 48
தடவு வர்மம் 50
தட்டுவர்மம் 38, 50
தண்ணீர் 21 ம. 10
தண்டு 56
தந்திரம் 92
தரணி 4
தலங்கள் 49
தலங்குணங்கள் 10
தளர்ச்சி 17, ம. 11
தாக்குவேர் ம. 1
தண்டிக்காய் ம. 9
தாயகமாம் எண்ணெய் ம 11
தாராக்கோழி முட்டை ம. 14
தாரை 71
தாழி ம. 13
தாழி சபத்திரி ம. 9
தாளி சாறு 70
திங்கள் 61
திசை எட்டு 48
திட்டி வர்மம் 84
திப்பிலி ம. 5, 6, 14
திப்பிலிமூலம் 96, 97
திரி ஏலம் ம. 11
திரிகடுகு 96, 97, 99, ம. 11, 15
திரிசாதி ம. 11, 14
திரிசீரகம் ம. 11
திரிபலை ம. 11, 14
திரிவாரம் 45
திருமேனி 64
திருமேனி எண்ணெய் 43, 57, 65 84, ம. 10, 11
திருவாய் 16
திலந்த காலம் 9
தீ ம. 13
தீத்தைலம் 82
தீற்றுதைலம் 62
துட்டு காசு எடை ம. 15
துணி 32
துண்டுவர்மம் 77
துதிக்கை வர்மம் 72
துத்தம் ம. 11
தும்மி 18
தூதுவளை ம. 2
தூதுவளைப் பூ 96
தென்னம்பூ 99
தேகம் 22
தேங்காய் 27
தேசி ம. 11
தேத்தான் ம. 9
தேவதாரம் ம. 10
தைவாளைச்சாறு ம. 11
தைலம் 39, 95, ம. 7
தொடுவர்மம் 6, 40, 42, 92, 94
தொடை 35
தொடையடி 76
தொண்டை 18, 46
தொண்ணூற்றாறு 6, 17, 49
நசியம் 63
நடுக்கம் 14
நடுமையம் 40
நடுவிரல் 66
நட்சத்திரம் 10
நமத்துவாய் 57
நயனம் 57
நரம்பு 85, 94
நரம்புதிமிர் ம. 11
நரம்பு வசைவு எண்ணெய் 42
நரம்புவலி ம. 6

நல்லெண்ணெய் ம. 7,8,9,10,12
நவச்சாரம் ம. 13
நவலோகம் உறுப்பு 88
நவத்துவாரம் 57
நல்ல மிளகு ம. 2, 3, 10
நற்சீரகம் ம. 10, 12
நன்னாரிச்சாறு ம. 11
நாக்கு 16
தாசி 18, 19
நாடி 6
நாதனருள் 8
நாதனார் ம. 5
நாதவிந்து 39
நாயுருவி ம. 11
நாய்த்தலையின் வர்மம் 78
நாவாயிலை ம. 11
நாவுரிக்கதிர் ம. 6
நாழி ம. 7
நாழிகை 9, 11, 12, 15, 17, 19, 20, 22, 23, 28, 38, 85
நாள் ம. 9
நாற்பது 25
நானூறு நாள் 51
நீரடைப்பான் ம. 14
நீரொழிவு 55
நீர் செறுப்பு ம. 14
நூத்தெட்டு 33
நூல் 2, 3
நெஞ்சு 22, 55
நெஞ்செரிப்பு ம. 5
நெட்டிவாங்கு 63, 67
நெய் 39, ம. 12
நெல்லிடை 9
நெற்றி 9
நேர்வர்மம் 23
நொடிநெட்டி ம. 1, 2, 8
நொடியின்வர்மம் 77
நோயாளி 85, ம. 10
நோய் ம. 9
நோய்கள் ம. 11
பகளத்தின்புத்து ம. 11
பக்கவர்மம் 78
பக்கவாதம் 76
பக்தி 3
பச்சிலை 6, 83
பச்சைக் கற்பூரம் ம. 13
பஞ்சதாரை ம. 1, 3, 6
படி ம. 9
படுவர்மம் 6, 34, 92, 94
பதக்ககாலவர்மம் 76
பதங்கம் ம. 15
பதினெட்டு 11, 19, 20, 22, 25
பதினைந்து 57
பத்திரி ம. 9
பத்தியம் 95, ம. 7, 15
பயித்தியரோகம் 59
பரமனருள் 71
பரிபூரணம் 1
பலம் ம. 9, 15
பழந்துணி 69
பன்னிரண்டு 3,6, 34, 37, 59, 70
பாதசக்கரவர்மம் 83
பாதாரம் 2
பாண்டம் ம. 9
பால் 27
பாளைபோற்றி ம. 15
பிடரி 17, 58
பிடரிக்காலம் 14
பிடரிவட்டம் 17
பிணி ம. 9, 11
பிணியாளி 68
பிராணநாயகம் 1
பின்கலை 9
பின் அனந்தம் 91
பீங்கான் ம. 9, 13
பீனிசம் 60
புட்டி 43, 54
புட்டிவலிப்பு 98

புண்புரை 79
புயம் 65
புயவர்மம் 65
புளி 98, ம. 7
புளிப்பு ம. 5
புறங்கால் 21, 22, 26, 28, 32
புறந்தலை 41
புனுகு 99, ம. 10, 11
பூசை 7
பூச்சு 42, 95
பூட்டெலும்பு வர்மம் 60
பூழிகாலம் 84
பெருநரம்பு 41, 58
பெருமாந்தம் ம. 9
பெருமூச்சு 14
பேதி 53
பொடி 95, ம. 5
பொருத்து 77
பொழுது ம. 5
பொன்னாவரைச்சாறு 100
போகரருள் ம. 11
போகர் 2, 41, 89
மஞ்சட்டி 99
மஞ்சள் 10
மஞ்சள்கரு ம. 14
மஞ்சள் தண்ணீர் ம. 14
மணிக்கட்டு 71, 72
மணிபந்தம் 70
மண்டலம் 27, 76, ம. 9
மண்டையிடி ம. 11
மதி 1
மதுரம் 99, ம. 1, 5, 6, 11, 14
மந்தகாசம் 101
மந்தம் ம. 5
மந்திரம் 32, 92
மயக்கம் ம. 11
மரணம் 81
மருதம் 99
மருந்து 42, 46, 97, ம. 1, 9, 11, 15
மரைபூ 99
மலம் 52
மல்லி ம. 5
மனுசர் 1
மனுவோர் ம. 9
மன்மதன் 7
மாத்திரை 35, 47
மாமிசம் ம. 15
மாயோன் 35
மார்க்கம் 13, ம. 9
மார்பு 48, 50
மாலிதாரம் ம. 11
முகம் 10
முக்கூட்டு 63
முக்கூட்டெண்ணெய் 95
முசுக்காய் ம. 7
முடவன் 45
முடுச்சுண்மையம் 81
முட்டை ம. 15
முண்டகத்தி ம. 2
முண்டெலும்பு 21, 25, 28, 68
முண்டை 66
முதுகு 22, 36, 55
முதுகு வரி 21, 26
முதுவரி 24, 28, 32, 43, 45
முத்தங்காய் ம. 4, 7
முத்தங்காய்கிழங்கு ம. 8
முத்தின ஈளை ம. 9
முருகன் ம. 15
முருக்கன்கொழுந்து ம. 15
முருங்கையிலைசோறு ம. 15
முழங்கை 70
முறிவெண்ணெய் 69
மூன் அனந்தம் 91
மூக்கு 40
மூதேவி 58
மூத்திரம் 54

மூத்திரகாலம் 54
மூரி 74
மூர்த்தி ம. 2
மூலம் 2, 41
மூலத்தின்சூடு ம. 9
மூலவட்டம் 1
மூலிகைசாபம் தீர்த்தல் 8, ம. 9
மூளைரோகம் 60
மூன்றரைநாள் 73
மெய்தீண்டாக்காலம் 6, 86, 89, 91, 94
மெருகுபதம் ம. 9
மெழுகிவரல் ம. 11
மெழுகுபதம் ம. 11, 12
மெழுகு பருவம் ம. 10, 15
மேகங்கள் ம. 9
மேதை ம. 11
மேனி ம. 11
மைந்தன் 47, ம. 12
மொசுமொசுக்கை ம. 11
மொடக்கொத்தான் ம. 4
மொளியின் வர்மம் 68
ராமிச்சு ம. 8, 9
ரோகங்கள் ம. 9
வகைவிபரம் 3
வசவெண்ணெய் 83
வசனம் 8
வசையல் 95
வடிவேலன் ம. 15
வட்டெலும்பு 70
வயிறு 31
வயிற்றுவலி ம. 14
வருசம் 2
வர்மம் 5, 8, 9, 10, 18, 20, 27 35, 39, 43, 44, 49, 56, 76, 92, 96, 101, ம. 1, 2, 5, 6, 9, 15
வர்ம இளக்கம் ம. 9
வர்மசூத்திரம் 2
வர்மசந்திமெழுகு ம. 14
வர்ம நோய்கள் ம. 14
வர்மானி 5
வர்மானிக் குளிகை 101
வலியஅத்திச்சுருக்கி 25
வல்லாரை 35, 67, 69, 92
வல்லாரை கசாயம் ம. 9
வல்லாரை நெய் ம. 9
வறச்சைரோகம் 60
வாதம் ம. 9, 15
வாய்பதை 12
வாய்பிளத்தல் 63
வாலி எலும்பு 93
வால்மிளகு ம. 3, 4, 5, 6, 9, 10
விசப்பச்சை எண்ணெய் 79
விசமுட்டித்தைலம் 79
விசம் 80
விசரோகம் ம. 9
விசைநரம்பு 51, 62, 81
விடையம் ம. 5
வித்துத்தேங்காய் நெய் ம. 14
வித்து வர்மம் 55, 57
விரணம் 41, 68, 79
விராகன் எடை ம. 9
விரை 30, 32
விலங்குவர்மம் 64
விலா 25
வில்வம் ம. 8
வில்வஇலை ம. 12
வில்வக்காய் ம. 9
வில்வப்பூ 99
வில்லைவேர் ம. 1, 3, 4, 6, 8
விழி 11
வீக்கம் 65
வெங்காரம் ம. 9
வெடியுப்பு ம. 13
வெட்டிவேர் ம. 9
வெண்ணெய் 74
வெத்திலை 29
வெந்தயம் 99

வெருகடி ம. 6
வெள்ளம் ம. 1, 3, 7, 8
வெள்ளீரல் 62
வெள்ளுள்ளி ம. 15
வெள்ளை 86
வெள்ளைக்கருடகொடி ம. 11
வெற்றி நூல் 87
வெற்றியென்ற பச்சிலை 6,86,88
வெற்றியென்ற மூலி 82
வென்னீளல் 48
வேப்பங்கொழுந்து ம. 15
வேப்பம்பட்டை ம. 15
வேப்பெண்ணெய் ம. 15
வேர்வை 19, 20
வேலி ம. 11
வேலிப் பருத்தி 92

பாடல் முதற்குறிப்பு சொல்வரிசை

அருந்திடவே 20
அறிந்து நீ 29
அன்னமே 23
ஆகுமடா 77
ஆகுமிந்த 59, 80
ஆட்டியே 101
ஆதாரம் 2
ஆதியென்று 1
ஆமப்பா 14, 26
ஆமென்ற 63
ஆர்க்குமுள்ள 46
ஆனாலும் 51
இறந்துபோம் 28
ஈவதுதான் 4
உரைப்பதென்ன 24
ஊதியே 10
ஊத்தியே 61
எதுவான 52
என்றெனவே 75, 78
ஓதுனக்கு 90
ஒலிக்குமப்பா 19
ஓதவே 33
கட்டியே 100
கண்டமென்ற 94
கண்டாயே 44, 80
கற்றேன் நான் 42
காணவே 40
காலமதில் 22
காலமது 85
காலமென்றால் 37
குறியான 38
கூட்டியே 36
கூறக்கேளு 48
கேளடா 7
கேளப்பா 25, 96
கொடுத்திடவே 68
கொல்லுமடா 82
சாற்றினோம் 99
சுற்றுகின்ற 71
செய்யப்பா 8, 64, 81
செய்யவென்றால் 57
செய்யவே 84
சேரப்பா 30
சேர்த்துடனே 76
சொன்னேன்காண் 86
சொன்னேனடா 95
தடவியே 18
தடவுகின்ற 66
தட்டியே 55
தள்ளும்பார் 17
தன்னைப்பார் 45
தாக்கடா 58
தாக்குகின்ற 93
தானான 88
தானென்ற 50
தீரவென்றால் 54
தீருமடா 63, 79
நாசமாம் 41
நாமப்பா 15
நேரப்பா 9
நாமிதுவே 5
பச்சிலையை 87
பாரப்பா 6, 34
பாரெனவே 69
பேரென்ன 43
பேர்க்கென்ன 56

போகுமடா 73
போகும்பபா 53
போகுமென்ன 31
போச்சப்பா 39
போடப்பா 12, 21, 32
போதவே 98
போமப்பா 97
மணியென்ற 72
மரணமென்ற 92
மரணமென்னும் 62
மரிப்பதற்கு 83
மறைவில்தான் 3
மாட்டியே 60
மாளாது 47
மாற்றும்பார் 13
மாற்றுமப்பா 16
முகமாறி 11
மெய்ப்பதென்ன 27, 74
மெய்யென்று 49
வாங்கியந்த 67
வாங்கியே 91
வாயமென்னா 35
வீழுமந்த 70

துணை நின்ற நூற்கள்

சுவடி நிலையில் காணப்படும் நூற்கள்

1. ஒடிவு முறிவு சாரி — சென்னை, கீழ்த்திசைச் சுவடி நூலகம்.
2. வர்மகண்டி சாஸ்திரம் — சென்னை, கீழ்த்திசைச் சுவடி நூலகம்.
3. வர்மத்திறவுகோல் — சென்னை, கீழ்த்திசைச் சுவடி நூலகம்.
4. வர்ம பீரங்கி — சென்னை, கீழ்த்திசைச் சுவடி நூலகம்.
5. வர்ம வைத்தியம் — சென்னை, கீழ்த்திசைச் சுவடி நூலகம்.

அச்சில் வெளிவந்த நூற்கள்

1. அணுசக்தி மருந்துகள், சண்முகானந்தா புத்தக சாலை, பார்க் டவுன், சென்னை — 3
2. அஷ்டாங்க இருதயம், ஆச்சாரிய வாக்படர் (தமிழில் மொழிபெயர்த்தவர் ம. துரைசுவாமி ஐயங்கார்)
3. கலைக்களஞ்சியம், தமிழ் வளர்ச்சிக் கழகம், சென்னை - 2, 1968
4. சித்த வைத்திய அகராதி, குருசாமிக் கோனார், புது மண்டபம், மதுரை
5. பதினெண் சித்தர்கள் அருளிய நாடி சாஸ்திரம், ரெத்தினம் நாயகர் அண்ட் சன்ஸ், சென்னை—1
6. தமிழிலக்கிய வரலாறு (16 ஆம் நூற்றாண்டு, 3 ஆம் பாகம்), மு. அருணாசலம், மாயூரம், 1976

7. படுவர்ம திரட்டு, எஸ். சிதம்பரதாணு (வழக்கறிஞர்), சித்த மகுட பிரசுரம், ஷெனாய் நகர்.

8. பல்பொருள் குண நூல், எஸ். எஸ். தேவர், சைவ சித்தாந்த கழகம், சென்னை - 1

9. மறைந்து கிடைத்த மாணிக்கம், ஆறுமுகப் பெருமாள் நாடார், அகஸ்தீஸ்வரம்.

10. வர்மானியத் திறவுகோல், எஸ். சிதம்பரதாணு (அட்வகேட்).

11. விச வைத்திய திரட்டு, சண்முகானந்தா புத்தக சாலை, பார்க்டவுன், சென்னை - 3

12. வீட்டுக்கு உதவும் நாட்டு மருத்துவம், வைத்தியமணி இரத்தின சண்முகனார் அறிவு நிலையம், சென்னை - 5

13. வைத்திய அகராதி, 'மாறன்' அச்சுக்கூடம், புரசை-சென்னை.